SSN 0234-2510

ГАСТРОНОМЪ

русская кулебяка, индонезийский серунденг

вкус сезона: баклажаны, брусника, лесные грибы

55 рецептов сентября

день лосося: 15 блюд, 5 соусов, 3 маринада

рецепт с обложки

Лето закончилось, но пора активного поглощения фруктов и овощей в самом разгаре. Мы предлагаем вам присоединиться к кулинарному марафону по приготовлению блюд из баклажанов и перцев, лесных грибов и ягод, яблок и груш. Из абрикосов и брусники мы сделаем ароматную пастилу, из дыни и арбуза выжмем сок и приготовим необычные алкогольные коктейли, лисички добавим к пасте, а сыроежки замаринуем с лаймом. Еще мы будем жарить, парить, варить и запекать лосося, ведь эту рыбу только что выловили (мы говорим о диком лососе), и она сейчас очень вкусна. Те, у кого дети пошли в школу, приготовят сытные привлекательные бутерброды, фриттаты, маффины. А те, у кого дети выросли, попробуют экзотические индонезийские блюда – каредок, сото айям, лумпия хитам. Лето закончилась, но гастрономический марафон только стартовал.

Лисички с картофелем и луком

4 порции

Что нужно:

- 1 кг лисичек
- 700 г картофеля
- 3 средние луковицы
- 3 ст. л. растительного масла
- 25 г сливочного масла
- щепотка сушеного тимьяна
- соль, черный молотый перец

Что делать:

Картофель очистить, отварить и крупно нарезать. Лук очистить, нарезать кольцами и обжарить в 1 ст. л. растительного масла, 5 мин.; переложить на тарелку. Грибы почистить, нарезать и обжарить в 1 ст. л. растительного масла, приправив тимьяном, перцем и солью, 3 мин.; переложить на тарелку. Картофель обжарить в оставшемся растительным масле до образования золотистой корочки. Добавить лук и грибы, кусочки сливочного масла и прогреть все вместе, 1–2 мин. Приправить по вкусу.

группа тестирования рецептов

Екатерина Маслова
журналист, Пятигорск

Мальвина Русе
химик-технолог, Рига, Латвия

Мария Куприянова
логист, Москва

экспертный совет номера

Илья Лазерсон
директор и шеф-повар «Кулинарной студии Ильи Лазерсона»

Дмитрий Каневский
шеф-повар ресторана «Царская охота»

Лананг Движа Путра
шеф-повар Sengiggi Beach Hotel, Ломбок

ежемесячный журнал

ГАСТРОНОМЪ

№09 (92), сентябрь 2009

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2,
тел./факс: 725-1070,
www.gastronom.ru, e-mail: mail@phbp.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина

Редакция:
главный редактор Андрей Захарин
главный художник Екатерина Егорова
заместитель главного редактора Марианна Орлинкова
ответственный секретарь Александр Стариков
выпускающий редактор Татьяна Олефиренко
бильдредактор-стилист Екатерина Овсепян
редактор Анна Туревская
отдел рецептов Александр Ильин (редактор), Илья Жданов, Алексей Тимофеев (повара-консультанты)
обозреватели Влад Васюхин, Ольга Захарова
дизайнеры Юлия Козлова, Ольга Малышева, Алексей Клак
фотограф Игорь Савкин
корректоры Любовь Никифорова, Вера Чернявская
Над номером работали: Дмитрий Байрак, Елена Бельтюкова, Нина Борисова, Владислав Волков, Елена Голованова, Анатолий Горянинов, Дмитрий Жаров, Марк Зисельсон, Анна Каминская, Юрий Клименко, Елена Кузнецова, Тимур Лисневский, Екатерина Моргунова, Андрей Николаев, Сергей Синельников, Элеонора Скоулз, Ирина Тараторина, Александр Тиванов, Марина Титова, Марина Тумаркина, Иван Фролов, Лиля Хафизова, Анна Шапкина, Александра Шевелева, Анна Щербакова, FOTOBANK, EAST NEWS, PERSONASTARS

исполнительный директор Ольга Ткалич
директор по рекламе ООО «Бонниер Пабликейшенз» Марина Мамина

Отдел рекламы: Ольга Козырева, Ольга Каткова, Елена Кузьмичева, Елена Матвеева, Жанна Русакова (заместитель директора), тел.: (495) 725-1070

Руководитель отдела спецпроектов Лариса Машталер

Отдел маркетинга: Эля Нагаева (директор), Зоя Галишникова, Надежда Лыжникова

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер, Александр Шалимов, Наталия Писклина, Татьяна Катрач, тел. (495) 725-1070

Подписка Альфия Амеркаева
тел. (495) 792-5562

Зам. генерального директора по правовым вопросам Илья Иванов

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс», тел.: 795-0295

Сканирование и обработка иллюстраций: Екатерина Панюшкина (руководитель отдела), Вера Давыдкина, Светлана Кузина, Любовь Попова, Олег Шифрин, Виктор Фролкин

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: **163 590** Цена свободная

Автор макета Михаил Аникст
Обложка: Екатерина Моргунова

© ООО «Бонниер Пабликейшенз», дизайн, фото, текст, 2009

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №ФС77-32209 от 09.06.2008 г.

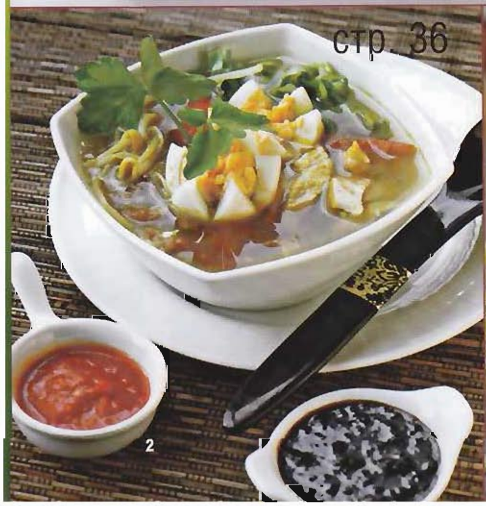
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в том числе и в электронных СМИ, возможна только с письменного разрешения редакции.

стр. 12

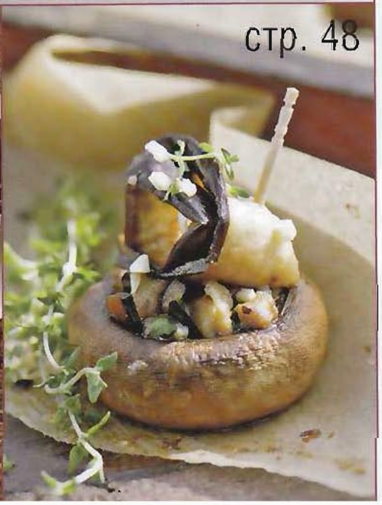
сентябрь 2009

содержание

стр. 16



стр. 36



стр. 48

6 Винегрет новостей

еда и напитки

12 Рецепт с автографом: кулинарные таланты Михаила Полицеймако

16 Тема номера: благородное семейство – семга, горбуша и К°

24 Достойная партия: соусы и маринады для лосося

27 Наш мастер-класс: кулебяка на четыре угла

30 «Гастрономъ» представляет: частные коллекции и их владельцы

34 Берем упаковку: что приготовить из пачки кефира

36 Острова гастрономических сокровищ: большое меню по-индонезийски

44 Все дело в аромате: варианты приправ

46 Девзира, басмати, карнароли... Выбираем рис

48 Сезон: баклажан – основательный овощ

52 Новое хлебное место: Bakanov Selected

54 Из лесу, вестимо: быстрый ужин с грибами и ягодами

60 Детское меню: вкусный завтрак – лучшее начало дня

64 Новые идеи: небанальное применение йогурта

Лучшие рецепты

Салаты

Каредок, салат из сырых овощей 37
Легкий салат с мгновенно маринованным лососем 17
Салат с печеным картофелем и беконом 58
Теплый салат из баклажанов с морковью 50

Закуски

Горячий бутерброд с рикоттой и грушей 60
Запеченные баклажаны с томатной сальсой 51
Лумпия хитам, черный спринг ролл 39
Рулеты с семгой и мисо-майонезом 16
Серунденг, острый тертый кокос 40
Сыроежки, маринованные с лаймом 58
Фриттата с зеленым горошком и цукини 62
Шампиньоны, фаршированные баклажанами 48

Суп

Крем-суп с дальневосточным лососем 18
Сото айям, куриный суп 38
Суп из кефира с красным перцем 35

Мясо

Каре камбиг, баранина в кокосовом молоке 40
Фрикадельки с баклажанами 49

Рыба и морепродукты

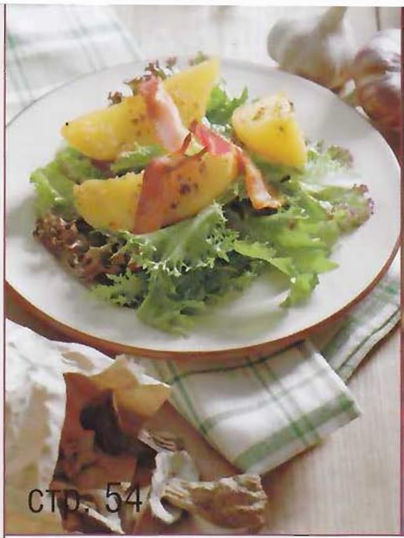
Семга в кляре с лимонным соусом 20
Семга терияки с грибами и гречневой лапшой 19
Соусы к рыбе 24–25

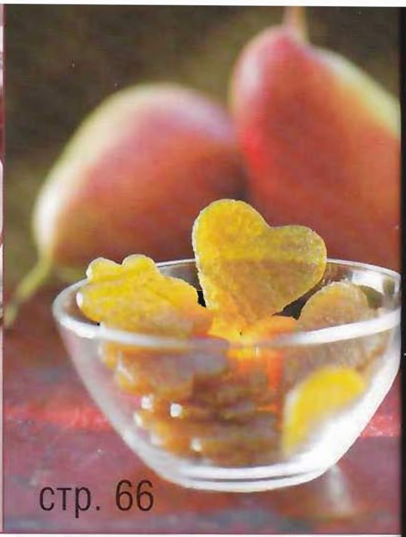
Выпечка и десерты

Быстрое клубничное суфле с йогуртом 64
Грушевая пастила 67
Десерт «Полосатый носок» 65
Клубничный десерт из йогурта 34
Кулебяка на четыре угла 28
Маффины с помидорами, моццареллой и базиликом 61
Мороженое с горячим соусом из ежевики 58
Пастила из абрикосов 68
Пастила из брусники 67
Персиковое мороженое с йогуртом 65
Пизанг раи, бананы в кляре 42
Пирог с тремя видами лососевых 22
Яблочная пастила 68

Напитки

Коктейли со свежевыжатым соком 72–73
Легкий коктейль из кефира с зеленью и специями 34
Самбал мата, соус из шалота и лимонного сорго 40
Черничный смузи с печеными яблоками и цедрой 35





66 Фруктовые десерты: домашняя пастила
69 Великий кормчий: шеф-провокатор Луиш Баена
70 Ручная работа: органические вина Австрии
72 Для бодрости духа: коктейли с фрешами

стиль жизни

74 Собрание винных ценностей: обзор московских винотек
78 На краю света: путешествие по Хоккайдо
84 Дегустируем новые продукты

гид потребителя

85 Зона особого внимания: кухня, безопасная для детей
88 Всех в камеру! Выбираем емкости для заморозки
90 Тест «Гастронома»: пробуем консервы из горбуши
91 Новости компаний

92 Отвечаем на вопросы читателей
94 Кулинарный словарь
96 Стоящая вещь

условные обозначения

- – тема с обложки
- – блюда, которые подходят для детей
- – рецепты блюд быстрого приготовления
- – блюда, которые легко готовить
- – блюда, которые можно замораживать
- – вегетарианские блюда
- – блюда, которые можно готовить в микроволновке
- – рецепты для опытных кулинаров
- – мнение группы тестирования рецептов
- – полезные советы

Ресторанные новости

В **клубе-кафе Sorry, babushka** (Славянская пл., 2/1) знают, как в середине рабочего дня помочь утомленному клерку почувствовать себя человеком: нужно предложить ему основательный обед по бабушкиному рецепту (220 руб., с 12.00 до 15.00). Обеды меняются ежедневно. Так, в понедельник «бабушка» стряпает супчик дня, варит компот, рубит салат «Оливье», на горячее готовит куриный шашлык с отварным картофелем или морской язык на пару с грибным соусом, а на десерт – маковый пирог. Пятничное же обеденное меню таково: суп, домашние голубцы со сметаной, морс и сладкий пирог.

Повара **кафе-бара «Пирамида»** (ул. Тверская, 18а) рекомендуют наслаждаться бабьим летом с их фирменными наборами для пикников. В новые сеты «загородной еды» на 4, 6, 8, 10 человек вошли самые ходовые позиции, которые легко самостоятельно приготовить на живом огне. В меню: свиная корейка на косточке, медальоны из говядины, корейка ягненка, маринованные куриные крылышки, стейк из лосося, королевские креветки и ассорти домашних колбасок. В качестве гарнира предлагается запеченный в фольге картофель или овощи для гриля плюс соусы. Из напитков разливают фруктовые кулеры, лимонады и бочковые сорта пива.

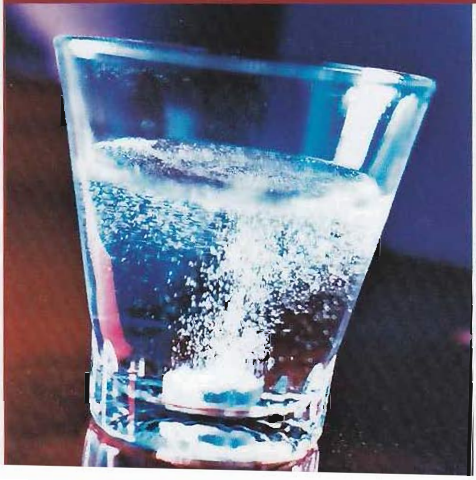
В новом **ресторане «Чайка»** (ул. Марксистская, 7) сплелись старые добрые московские традиции и современное представление о роскоши. Интерьер многоуровневый – крытая летняя веранда с удобными диванами, солидный зал первого этажа со стеклянной винотекой и полукруглый второй этаж с величественной мебелью и потрясающими люстрами. Шеф-повар соединяет на одной тарелке домашние рецепты, современные ресторанные технологии и международные кулинарные традиции. Запеченный маринованный перец он подает с кремом из чоризо (380 руб.), классическое итальянское ризотто готовит с японским салатом чука и копченым угрем, а из фуа-гра делает мороженое, которое сервирует яблоком и крошкой из миндаля (690 руб.).

Находка месяца

Мы не смогли пройти мимо мерной ложки NusCup от швейцарской компании Dalla Piazza. Она мерит в миллиграммах, в унциях (oz), в ложках и стаканах. Внутри NusCup есть подвижная перегородка, «обтянутая» силиконом, поэтому ложкой можно отмерять не только сыпучие продукты, но и жидкости. Ложка куплена в сети магазинов подарков «Гудвин» за 350 руб.

Черный список вегетарианцев

Мексика оказалась самой неблагоприятной страной для путешествующих вегетарианцев. Согласно результатам опроса, который провел популярный интернет-портал VirtualTourist.com, у противников пищи животного происхождения почти нет шансов найти в Мексике еду, которая бы не противоречила их убеждениям. На втором месте по «враждебности» оказалась Испания, на третьем – Германия, на четвертом – Куба.



Водка с пузырьками

Литовская компания Alita начала производство нового алкогольного напитка – газированной водки. Принадлежащий компании завод в Алитусе в советские времена был известен прежде всего как производитель шампанского. Идея смешать водку с углекислотой не нова. Впервые газированная водка была представлена в Великобритании несколько лет назад.

Фото: © Fotobank.com/Getty Images, © East News, Игорь Скрынин

Ресторанные новости

В конце лета несколько дорогих **ресторанов Аркадия Новикова** ввели обеденные меню. «Деловые обеды» от Мирко Дзаго (600 руб., 12.00–16.00) в ресторане «Сыр» (Садовая-Самотечная, 16, стр. 2) состоят сплошь из итальянских деликатесов. Андрей Тысячников, шеф-повар мясного ресторана «Джу-Джу» (Смоленский бул., 15), предлагает гостям компоновать обеды (12.00–16.00) самостоятельно. А в ресторане «Гусятникoff» (А. Солженицына, 2а), где гостей намерены кормить обедами с 12.00 до 17.00 (500 руб.), Марина Карпушенко готовит блюда хлебосольной русской кухни.

13 разноформатных **ресторанов сети «Росинтер»** откроются в новом аэровокзальном комплексе аэропорта «Шереметьево» (терминал D). В скором времени улетающие и встречающие смогут закусить в американском T.G.I.Friday's и итальянском «IL Патио», выпить кофе в кофейне Costa Coffee, отобедать в двух ресторанах русской кухни, заскочить в бистро.

В **сети пивных ресторанов «Пилзнер»** к завтраку (с 9.00 до 12.00) относятся более чем основательно – новое утреннее меню состоит из девяти пунктов, в каждом из которых еще по 5–7 подпунктов. «Размяться» можно тостами с сыром (40 руб.), сэндвичами с креветками и семгой (120 руб.) или пирожками с мясом (20 руб.). Затем омлет или яичница (50 руб.). Не хотите яиц – берите молочную кашу, например, пшенную с тыквой (50 руб.), или блинчики с селедкой. Для самых голодных есть разделы домашних колбасок и утренних супчиков. Плюс – чай, кофе, кефир и сок.

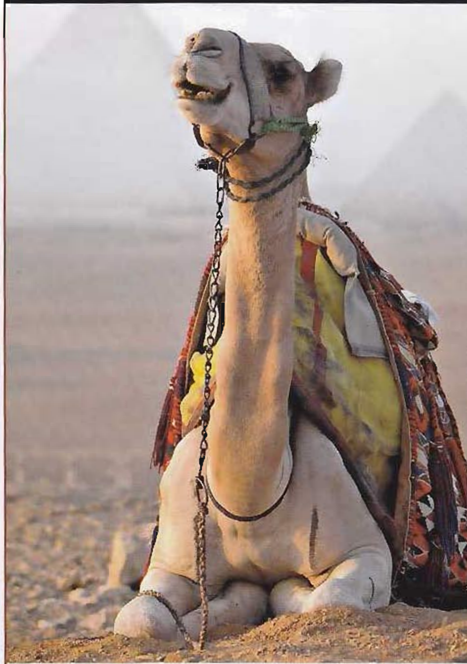
Кафе «Мята» (Лужнецкий пр-д, 1а) предлагает продлить лето и вводит расширенное меню блюд на гриле. Помимо уже имевшихся сибаса и королевской дорады (по 250 руб./100 г) появились креветки с апельсиново-имбирным соусом (390 руб./100 г), стейк из лосося с цукини и острым соусом (650 руб.), стейк из свинины в горчичном соусе с картофелем (650 руб.), цыпленок с запеченным помидором и икрой из баклажанов (490 руб.).

@ Сайт месяца www.ryba-gorbusha.com

Тема этого номера – лососевые рыбы. Поэтому несколько добрых слов в адрес сайта о горбуше придутся как нельзя кстати. www.ryba-gorbusha.com – это авторский сайт профессионального повара Оксаны Путан. Значительная часть ее жизни прошла на Дальнем Востоке, где она и научилась готовить рыбу. На сайте много рецептов с фотографиями, комментариев и практических советов автора. Все четко, ясно и по делу.

Кофейная Мона Лиза

Австралийские участники фестиваля Rocks Aroma Festival воспроизвели репродукцию Джоконды, используя кофе с молоком различных оттенков. Для создания картины размерами шесть на четыре метра потребовалось 3604 чашки и 338 литров молока, а также три часа работы. Зато посмотреть на кофейную Мону Лизу пришли 130 тысяч человек.



От верблюда

Шоколад Al Nassma на основе верблюжьего молока начали продавать не только в арабских странах, но и в Европе и США. Для шоколада используется молоко верблюдиц, которые содержатся на ферме в Объединенных Арабских Эмиратах. В этом молоке в пять раз больше витамина С, чем в коровьем, оно менее жирное, содержит меньше лактозы и больше инсулина, поэтому подходит диабетикам и людям с аллергией на лактозу.

Мороженое-батарейка

В сентябре и октябре в лондонском магазине Selfridges можно попробовать мороженое Sex Pistol, изготовленное на основе натуральных стимуляторов: гингко билобы, аргинина и гуараны. Подается бело-зеленый десерт с топпингом из абсента. Как утверждают создатели, мороженое моментально ускоряет кровяной поток и повышает энергетические запасы организма, поэтому больше одной порции в руки не отпускают.

Ресторанные новости

Новое коктейльное меню от нового шеф-бармена **ресторана «Буфет»** (ул. А. Солженицына, 46) Александра Кана состоит из трех разделов: аперитивные смешанные напитки на основе шампанского, коктейли из серии «На все время» и на десерт – сладкие коктейли со сливками, с медом и кофе. Отметим «Арбузный пунш» на водке и арбузном соке с яблоком, лимоном, корицей и имбирным элем и «Ягодную Маргариту Фроузен» с текилой, клубникой, малиной, ежевикой, лимоном и медом. В коктейльном предложении от господина Кана счастливо соседствуют барная классика, модные новшества и авторский подход мастера.

Мясному **ресторану Beefbar Moscow** (Пречистенская наб., 13, стр. 3) исполнился год. Это событие шеф-повар, итальянец Карло Греку, отметил обновлением меню. Карпаччо из тунца с соусом гуакамоле (800 руб.) он украшает чипсами из корня лотоса, горячий мильфей из баклажанов и креветок с сыром скаморца подает с соусом песто и маринованными помидорами (650 руб.). Среди суповых новинок – испанский гаспачо с арбузом и тайским мандарином (500 руб.), борщ с говядиной ангус (550 руб.) и итальянский суп из чечевицы с раками (600 руб.).

Команда ресторана Simple Pleasures открыла новое заведение в Подмосковье – **Chalet Simple Pleasures** (75-й км МКАД, Химки, Панфилова, 19, деловой центр «Кантри Парк»). Обилие дерева и камня в оформлении, огромные окна с видом на набережную создают ощущение загородного отдыха. В теплый сезон в ресторан можно приплыть на катере или яхте, а зимой здесь будут катать на снегоходах. В меню «Шале» – популярные средиземноморские блюда. Ужин на двоих с бокалом вина – 5000 руб.

На сайте www.gastronom.ru – кулинарные и ресторанные новости обновляются ежедневно

Библиотека гастронома

«Бухло», Эркин Тузмухамедов, BBPG, 287 стр. , 2009 г.
Многие на эту книгу обратят внимание сразу: эпатажное, броское название, имя автора, знакомое любителям крепких напитков, и любимые народом карикатуры Алексея Меринова. Интрига заключается в том, что Тузмухамедов на этот раз изменил жанру профессиональных обзоров и написал легкую и порой шокирующую книгу об алкоголе. Может, по стилю изложения она и не похожа на прошлые труды известного «агитатора и горлопана», но одно можно сказать твердо: теорию и практику предмета Эркин знает на отлично.

«Все о грибах», Пелле Янсен, «Кристалл» и «ОНИКС», 159 стр., 2009 г.
Наиболее полный справочник, переведенный на русский язык, который рассказывает о более чем шестистах видах грибов Северной Европы и Северной Азии. Ее автор – неутомимый путешественник и рыбак, известный систематик, исколесивший вдоль и поперек не только родную Финляндию, но и другие страны мира. Информация о каждом грибе максимально сжата, точна и наглядна.

Своя кухня

В новом телесезоне в эфире канала Telecafe стартует шоу «Своя кухня». В каждом выпуске любители и профессионалы кулинарного искусства поделятся секретами приготовления самых разных блюд. Это не стандартные приемы, которым обучают современных поваров, а хитрости и секреты, передающиеся из поколения в поколение. Вы узнаете, зачем нужна серебряная вилка в омлете Сары Бернар, как должна выглядеть настоящая старинная английская выпечка и что нужно сделать, чтобы пельмени получились сочными. Кстати, в первых выпусках передачи свои кулинарные тайны раскроет преподаватель кулинарной студии «Гастрономъ» Наталья Скворцова. Подробности на www.telecafe.ru

telecafe

Подножный корм

В московских магазинах скоро можно будет купить консервы с побегами папоротника-орляка («Говядина с папоротником», «Печень с папоротником», «Папоротник с фасолью»). Это растение собирают в Кемеровской области, но раньше урожай полностью скупали японцы. В этом году из-за кризиса объемы закупок упали, зато папоротником заинтересовались российские производители консервов и некоторые столичные рестораны. По вкусу папоротник-орляк напоминает грибы. Он помогает при стрессах, повышает выносливость организма и иммунитет, выводит из организма радионуклиды.

Завтраки в статуе

Внутри постамента скульптуры «Рабочий и колхозница» в конце года планируется открыть кафе. После длительной реставрации этот знаменитый монумент вновь будет установлен в районе ВДНХ в начале декабря. Рядом с кафе также разместятся выставочный зал, гардеробы и подземная парковка.

Посуда от князей

В сентябре в Пушкинском музее открывается выставка «Искусство Бидермайера из собраний княжеского дома Лихтенштейн». Князья Лихтенштейн обладают одной из лучших в мире частных коллекций, в которой есть шедевры Рафаэля, Рембрандта, Кранаха-старшего, ван Дейка, Рубенса и других мастеров. Не менее ценны изделия из фарфора – позолоченные блюда, тарелки, кофейные и чайные сервизы. Все они расписаны мастерами миниатюры Венской императорской фарфоровой мануфактуры и высоко ценятся коллекционерами и знатоками.

Zewa

ZEWA поздравляет победителей!

Кухня мечты – это, в первую очередь, идеально чистая кухня. Благодаря кухонным полотенцам Zewa москвичка Ольга Михайловна Смирягина добилась не только идеальной чистоты на своей любимой кухне, но и первого места в конкурсе «Приз – кухня мечты». Поздравляем победительницу и желаем, чтобы благодаря ее труду и упорству исполнялись все ее желания, как сбылась мечта об идеальной кухне, на покупку которой она получила 150 000 рублей от торговой марки Zewa!

Информацию о главном победителе и первых 50 участниках, которые прислали на конкурс свои истории и фотографии и получили в награду стильный держатель для полотенец, а также полугодовой запас продукции ZEWA, вы найдете на сайте http://www.zewa-konkurs.ru/

Реклама

Михаил Полицеймако – продолжатель знаменитой актерской династии: его дед, Виталий Полицеймако, народный артист СССР, бабушка, Евгения Фиш, – артистка Ленэстрады, мама, Марина Полицеймако, и папа, Семен Фарада, – звезды Театра на Таганке. Они привили Мише любовь не только к искусству, но и к хорошей домашней еде и веселым застольям

«Мамин холодец – это святое!»

– В актерской среде мама всегда славилась удивительными кулинарными талантами, и в нашем доме любили собираться друзья. Наверное, что-то передалось и мне, не зря же я вел передачу «Сладкая жизнь» на НТВ и кулинарное телешоу на канале «Домашний». А после 80 выпусков «Кулинарного техникума» могу по праву назвать себя гурманом и знатоком кухонь народов мира, поскольку довелось попробовать и любимые блюда молдаван, и традиционные угощения острова Гаити. До сих пор не могу забыть, как Руслана Писанка лепила в нашей программе вареники. Они были фантастические!

– Что самое приятное в роли ведущего кулинарной передачи?

– Ну, конечно, пробовать всю эту вкуснятину! Хотя процесс приготовления меня тоже постепенно стал увлекать. До этого я вообще не умел готовить. Приятно, когда на запись приходили настоящие профи. Это видно сразу: по тому, как режут продукты, как комментируют свою работу. За ними интересно наблюдать, а слюнки текут уже с первой минуты, потому что предвкушаешь, как это будет вкусно! Запомнилась программа с Ираклием Пирцхалавой. Он – мой друг с детства, и мы всю передачу вспоминали какие-то приколы из нашего общего прошлого...

– Вы согласны с расхожим мнением, что мужчины готовят лучше?

– Абсолютно! Самые гениальные повара – мужики, это факт. Мы снимали программу в ресторане, где шеф-поваром был парень по имени Ваня. Он приготовил стерлядку в икорно-сливочном соусе с рисом. Можно было умереть на месте: так это оказалось вкусно!

– А случалось, что какое-то блюдо приходилось отправлять в мусоропровод?

– Нет. Но было забавно, когда в студию приходил человек и заявлял: я буду готовить то-то и то-то, и это займет часов пять! А мне за шесть часов надо было снять два выпуска. Но гость-то серьезно готовился. Ну, приходилось опускать, упрощать рецепт или придумывать что-то на ходу.

– Миша, а помните свой первый кулинарный опыт?

– Честно говоря, нет. Помню, жарил яичницу – с колбасой, гренками, салом, даже с огурцами, но это было уже лет в 12–13.

– Сейчас приходится вставать к плите?

– Сам я могу бутерброд сделать. Могу – быстрый суп. Он состоит из пяти ингредиентов: кефир, сельдерей, укроп, сухарики и лимонный сок. Наливаете в пиалу кефир, по чуть-чуть укропа и стеблевого сельдерея. Кладете обычные сухарики, лучше домашние, и перед тем, как есть, немного подсаливаете и сбрызгиваете лимонным соком. Мне сейчас просто некогда готовить дома, да и незачем. Мама и моя жена Лариса – замечательные хозяйки, у каждой есть свои фирменные блюда. Я в такой компании могу лишь что-то почистить, порезать, мусор вынести. Вот 31 декабря прошлого года мы отпраздновали папино 75-летие, мама сварила холодец, у нее два коронных блюда – шарлотка и холодец, Лариса приготовила мясо, а я им помогал.

– Десять лет назад вышла автобиографическая книга Семена Фарады «Уно моменто!», из которой народ узнал, что Владимир Высоцкий был вашим первым кормильцем...

– Это известная история. Папа писал, что Высоцкий был единственным из актеров Таганки, кто имел доступ к валютным магазинам. Когда я родился, у мамы пропало молоко, и Владимир Семенович купил для меня в «Березке» огромную банку сухого детского молока. Говорят, ее хватило на несколько месяцев. И вторая история: Высоцкий купил мне дефицитнейшие по тем временам памперсы.

– Какие традиции, связанные с едой, есть в вашей семье?

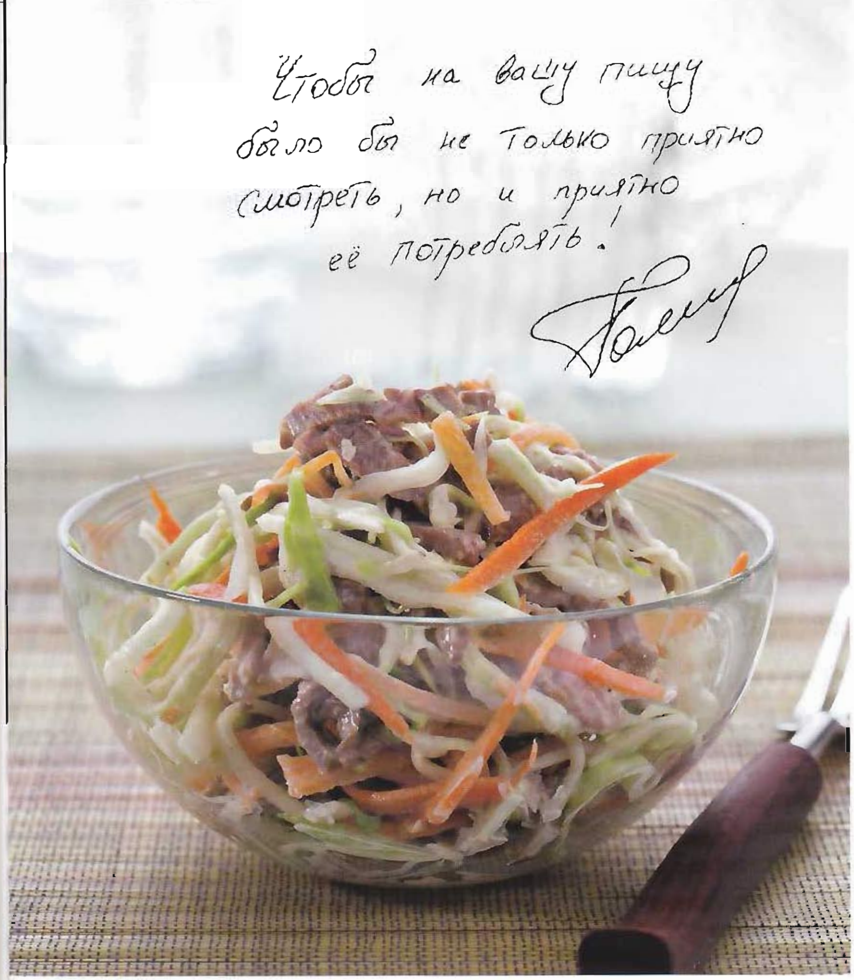
– Все мы любим застолья, дни рождения. Любим сервировать стол. На праздник обязательно должен быть тот самый мамин холодец – наваристый, прозрачный – это одно из главных блюд у нас в доме. Его запах я помню с детства, а приготовление – целый ритуал!.. Но вообще-то я в еде неприхотлив. Есть то, что люблю, и то, что не люблю. Однако я уж точно не привереда. Люблю все, что приготовлено дома родными и любимыми людьми, но иногда и вне дома можно вкусно поесть. Но я не тусовщик, с моим графиком на загулы желания и сил уже не остается. Работа у меня такая – устраивать праздник другим людям. И если выпадает свободный вечер, предпочитаю провести его дома в спокойной обстановке. Устаю от веселья...

– Это правда, что когда-то вы работали промоутером в супермаркете?

– Да, студентом. Перед Новым годом я ходил из стороны в сторону в костюмчике и читал «стихи»: «Если водку вы не пьете, подарите водку мужу, или брату, или свату, или Дедушке Морозу...» Так с двумя топ-моделями, бедными девушками, мы зарабатывали деньги. Примерно в это же время я работал аниматором в ночных клубах. Устраивал конкурсы для взрослых, заставлял их бегать с криками: «Я – король бара!» Или натягивал веревку, и «новые русские» должны были в танце проползти под ней. Кто выиграет, получит приз – бутылку текилы. Помню один, в малиновом пиджаке от Версаче, лег на грязный пол и прополз по-пластунски. И получил-таки свою халяву!

– За какое блюдо вы «родину готовы продать»?

– На первом месте – украинская кухня, для меня она намного желаннее любой другой. Есть вкусные блюда и у японцев, но у меня, увы, аллергия на морепродукты. Иногда позволяю себе что-то вкусненькое из жирной немецкой кухни, но без фанатизма. Одним из любимых блюд могу назвать щуку, которую готовят сестры моей жены. Мы ездим к ним во Ржев. Их мужья – фанаты рыбалки, ловят этих щук, а жены потрясающе готовят. А Ларисина тетя Тоня гонит великолепный самогон на ореховых перегородках. Вот это настоящие продукты, натуральные. А вообще самое «мое» блюдо – это поджаренная гречневая каша. Просто? Так не зря говорится, что все гениальное просто! Мне кажется, что кули-



Салат из капусты с телятиной

4–6 порций

Что нужно:

1 кг телячьего окорока одним куском
четверть среднего кочана капусты
1 большая зеленая редька
1 большая морковка
сок 1 небольшого лимона
2–4 ст. л. хорошего майонеза
сливочное масло
соль, свежемолотый черный перец

Что делать:

Кусок телятины натереть солью и перцем, положить на двойной слой фольги, сверху выложить тонкие ломтики сливочного масла. Завернуть телятину так, чтобы внутри свертка оставалось свободное место, и запекать в разогретой до 180 °С духовке 1 ч. Вынуть из духовки и остудить, не разворачивая, 1–1,5 ч. Готовое мясо нарезать тонкой соломкой. Капусту тонко нашинковать. Редьку натереть крупными длинными полосками, морковь нарезать очень тонкой соломкой. Перемешать все ингредиенты, сбрызнуть лимонным соком, добавить майонез и приправить солью и перцем по вкусу.

нарии это касается в первую очередь. И потом, как правило, самое простое оказывается и самым полезным

– Вы можете сказать, что питаетесь правильно?

– Не могу. Я много общался с поварами и знаю, что девяносто процентов того, что едят москвичи, – это вредная еда. Допустим, вся продукция, запаянная в пластик, потенциально опасна, так как вредна сама технология подобного хранения. Но это ведь все тяжело отслеживать. Могу сказать, что йогурты из коробок я не употребляю вообще. Что касается других продуктов, обязательно смотрю на упаковках состав, и если вижу буквы «Е» с цифрами – красители, эмульгаторы, стабилизаторы, то, как правило, не беру. Как и фрукты, которые привозят из других стран.Не беру гигантскую клубнику. Мясо покупаю только на рынке.

– А в детстве кто-нибудь следил за тем, что и как вы едите?

– О да, и довольно строго. Меня держали на диете, потому что я был толстый, пухлячок. Вечерами, после прогулки и футбола, ужасно хотел есть, но мне разрешали только кефир. А я караулил момент, когда все выйдут из кухни, чтобы что-нибудь стянуть. Помню, как няня тайно принесла мне в кровать бутерброд с колбасой. По-настоящему я похудел, когда стал серьезно заниматься плаванием.

– В одном из интервью вы заявили, что «любите пожрать». В чем разница между «пожрать» и «поесть»?

– Да, я люблю и поесть, и пожрать, и покушать – называйте, как хотите. И дело тут даже не в количестве. Просто люблю все вкусное! Точнее, чтобы было и вкусно, и красиво. Понимаю, что есть на ночь – это, конечно, страшно вредная привычка. Но я актер, у меня спектакль заканчивается в десять, а до этого обычно получается только позавтракать, и ничего с собой поделать не могу. Я и с врачами на эту тему говорил, и со своим тренером по боксу, все как один твердят: «После семи есть нельзя!» Ну а как заставить себя?! Надо быть очень волевым человеком, мне это тяжело. Я не слежу за своей формой, могу и перед сном поужинать, и выпить за день до спектакля. Я – эпикуреец, по характеру – мягкий, подверженный влиянию человек. И как бороться с ночными ужинами, я, дорогая редакция, пока не придумал!

Анна Щербакова

Красиво плывут

Говорят, были времена, когда лосося ели как хлеб. Съев, сжигали его сердце на костре, а кости до захода солнца возвращали океану – тогда он мог возродиться. Теперь лосося безо всякого пиетета выращивают в садках, зато считают деликатесом, а шефы придумывают из него все более новаторские блюда

Запеченная на гриле, с лимоном и травами, семга, тартар из лосося с острым чили и пробуждающим соком лайма, сытный суп скандинавских рыбаков, где кусочки розового лосося плавают в густом сливочном бульоне, наши рыбные котлетки... Если б я взялась составлять список того, что, на мой взгляд, обязательно надо испытать в жизни, в него точно вошел бы такой опыт: после долгих часов ожидания вытащить из реки рыбину и тут же приготовить ее и съесть. И запомнить навсегда вкус. Говорят же, что никакой лосось из супермаркета не сравнится с диким, только что выловленным, ибо во вкусе – вся его жизнь.

Дела семейные

Для начала краткое введение для непосвященных. Лосось – это как фамилия одного огромного клана. У каждого в этом клане есть и свое имя: семга, голец, ишхан, нерка... Их много! У каждого свой характер и своя внешность, у некоторых есть даже прозвища – в Америке, например, водится лосось «перерезанное горло», гангстер с красными пятнами на шее. Но одна черта водоразделом проходит по всему генеалогическому древу лососевых. Одна часть клана живет в Атлантике и относится к «благородным» лососям, другая – в Тихом океане. Так вот, тихоокеанский лосось, в отличие от атлантического, нерестится один раз в жизни – и сразу погибает. (Кто был на Камчатке летом, тот видел кишащие красной рыбой притоки рек. Здесь в старину летние месяцы даже называли по именам рыб, идущих на нерест: май-июнь – чавыча, июль – горбуша, август-сентябрь – кета-кижуч. А местные жители, подобно индейцам, имели свои связанные с лососем ритуалы.)

Родившиеся в холодной пресной воде рек рыбки, начиная жизнь, отправляются в дальний путь к морю. Там они живут и набираются сил, а спустя несколько лет (самая долгоживущая – чавыча – ходит в море до 7 лет) идут нереститься. Возвращаются на несколько тысяч километров назад, туда, где родились (есть версия, что родину им позволяют узнать фантастическое обоняние и генетическая память). Они идут против течения, борясь с потоком. Организм перестраивается с морской на речную воду, в это время им не до еды, все силы брошены на преодоление стихии, так что за те недели, что лосось возвращается к месту нереста, он превращается в худого оскаленного

Рулеты с семгой и мисо-майонезом

4 порции

Что нужно:
- 200 г семги холодного копчения
- 1 большой лист тонкого лаваша
- 2 средних огурца
- четверть небольшого корня дайкона
- несколько перьев шнитт-лука
- свежевыжатый лимонный сок
- 3 ст. л. майонеза «провансаль»
- 2 ч. л. пасты мисо
- порошок или паста васаби
- свежемолотый черный перец

Что делать:
Дайкон очистить, нарезать очень тонкой соломкой. Огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль пополам, ложкой удалить семена, мякоть нарезать тонкой соломкой. Семгу нарезать небольшими кусочками, слегка сбрызнуть лимонным соком, приправить черным перцем. Смешать майонез с пастой мисо, приправить по вкусу лимонным соком и порошком (пастой) васаби, отложить 4 ч. л. Разрезать лист лаваша на 4 квадрата (или прямоугольника), смазать центр майонезом с мисо. Разложить по кускам лаваша семгу, дайкон и огурцы, свернуть рулеты так, чтобы один край остался открытым. Положить в открытый край по чайной ложке майонеза с мисо, посыпать измельченным шнитт-луком. Подавать немедленно.

Легкий салат с мгновенно маринованным лососем

4 порции

Что нужно:

400 г филе очень свежего лосося без кожи
1 большое спелое авокадо
маленький пучок кресс-салата
небольшой кочан салата фризе
1–2 ст. л. горчичного масла

Для маринада:

4 лайма
2 см свежего корня имбиря
1 маленький острый красный перчик чили
соль, свежемолотый черный перец

Что делать:

Для маринада стереть с 1 лайма цедру мелкой теркой, из всех лаймов выжать сок. Имбирь натереть на мелкой терке, чили измельчить. Смешать сок, цедру, чили и имбирь, приправить солью и перцем. Нарезать филе лосося кубиками со стороной 1,5–2 см. Отложить 2 ст. л. маринада, оставшимся маринадом залить кубики лосося, тщательно перемешать. Мариновать 15 мин., за это время несколько раз перемешав. Авокадо очистить от кожуры, удалить косточку, мякоть нарезать дольками, сразу же полить отложенным маринадом, перемешать. У кресс-салата удалить стебли, фризе нарвать руками на небольшие кусочки, смешать с листьями кресса, заправить горчичным маслом. Разложить салатную смесь по тарелкам, на нее выложить дольки авокадо и маринованного лосося. При желании полить по вкусу маринадом. Подавать немедленно.

Крем-суп с дальневосточным лососем

6–8 порций

Что нужно:

1 потрошеный дальневосточный лосось весом 1–1,2 кг
1 средняя морковка
1 средняя луковица
2 черешка сельдерея
100 мл белого сухого вина
200 мл жирных сливок
2 ст. л. сливочного масла
3 ст. л. муки
10 горошин черного перца
1 лавровый лист
соль, свежемолотый черный перец
укроп, по желанию

Что делать:

У рыбы срезать филе с костей, из головы удалить глаза и жабры. Промыть голову, кости, кожу и все обрезки, положить в большую кастрюлю. Морковь и лук нарезать крупными кусками, подпечь на сухой сковородке до коричневых подпалин. Сельдерей также крупно нарезать. Залить рыбные остатки 5 стаканами холодной воды, довести до кипения. Снять пену, добавить овощи, вино и перец горошком, варить на слабом огне 30 мин. За 5 мин. до окончания варки положить соль и лавровый лист. Готовый бульон процедить. Филе нарезать кубиками со стороной 2 см. В кастрюле с толстым дном растопить масло, всыпать муку, готовить до золотистого цвета, помешивая, 3 мин. Снять с огня и, размешивая венчиком, чтобы не было комочков, постепенно влить бульон. Поставить на слабый огонь. Продолжая размешивать, довести до кипения и готовить до загустения, 5–7 мин. Положить кубики филе и варить 2–3 мин. Влить сливки. Прогреть, помешивая, почти до кипения, но не кипятить. Приправить солью и перцем, при желании посыпать измельченным укропом и подавать.

монстра с огромными челюстями и горбом на спине (отсюда название горбуши). Доплывают до места назначения, разумеется, не все. Добравшиеся оплодотворяют икру, оставленную самками, и погибают, совсем лишившись сил.

Судьба искусственно выращенного лосося не в пример спокойнее: тихое место где-нибудь в норвежских фьордах – в запертом горами уголке слышен каждый всплеск. Светит нежаркое солнце, отражается в воде, аккуратно разделенной на квадратики садков. В каждом установлены видеокамеры (все ли в порядке с лососями? нет ли чего подозрительного в их мерном движении?), изображение круглосуточно транслируется на экраны в домике на сваях, стоящем посреди фьорда. Несколько раз в день рыб кормят сухим кормом, раз в неделю их проведывает доктор. Затем приезжает кораблик, опускает в воду шланг, похожий на гигантскую трубу от пылесоса, засасывает в свое чрево рыб и увозит на фабрику.

«Просто добавь воды»

И вот рыба уже лежит на полке нашего холодильника. Не слишком опытных хозяек эта картина, как оказалось, пугает – и напрасно. Если вы боитесь связываться с рыбой, то представьте вот что: существуют две школы приготовления лосося, начальная и высшая. И уж с теми задачками, которые предлагает начальная, мы точно справимся – даже мужские журналы публикуют пошаговые рецепты блюд с лососем, все в три строчки.

Во-первых, рецепты начальной школы быстрые. Во-вторых, в их уравнениях нет неизвестных – набор продуктов, сочетающихся с лососем, всем знаком, и если хотя бы что-то есть в вашем холодильнике, когда неожиданно звонят друзья, вам удастся достойно их встретить.

Ингредиенты эти следующие: авокадо, крем-фреш (густая сметана, сливки), помидоры, сладкий перец, чеснок, укроп (и другая зелень), мягкий сыр, лимон, клюквенный соус, яблочное пюре…

Закуски-пятиминутки из филе лосося, конечно, не раз вам встречались. Например, рулет: на лаваш намазывают мягкий сыр, кладут ломтики лосося, укроп, зеленый лук, мелко порезанный перец, заворачивают и нарезают на красивые спиральки. Или всевозможные канапе – скажем, запеченный в духовке чесночный хлеб, мягкий сыр, лосось, огурец и клюквенный соус. Если охота повозиться чуть дольше, подобную конструкцию можно устроить на блинчике, запечь его чуть-чуть с яблочным пюре в духовке и тут же водрузить на него ложечку крем-фреша, кусочек лосося и перо зеленого лука.

Если под рукой есть блендер – еще лучше: положите в стакан сливочный сыр, авокадо и копченого лосося, сбрызните соком лимона, добавьте пару ложек крем-фреша, перца и чили и превратите в мусс. Подавая на стол, можно подмешать к нему кусочки цельного лосося и травы.

«Высокие» по своему имиджу закуски вроде тартара и севиче на самом деле

Семга терияки с грибами и гречневой лапшой

4 порции

Что нужно:

- 800 г филе семги без кожи
- 400 г гречневой лапши
- 12 свежих грибов шиитаке
- 2 стебля лука-порея (белая часть)
- 5 ст. л. соуса терияки
- 2 ст. л. саке
- 2 ч. л. меда
- сырые кунжутные семена
- темное кунжутное масло
- соевый соус

Что делать:

Кунжут обжарить на сухой сковородке до золотистого цвета. Порей нарезать поперек кусками длиной 2–3 см, промыть, обсушить. У шиитаке удалить ножки, на шляпках сделать крестообразный надрез, не прорезая шляпку насквозь. Филе разрезать на 4 равные части. Смешать саке с соусом терияки и 1 ч. л. меда, прогреть до растворения меда. Полить половиной получившейся смеси филе семги, накрыть. Мариновать 1 ч, время от времени переворачивая филе. Оставшимся маринадом залить порей и шиитаке, также оставить на 1 ч. Затем выложить обсушенное от маринада рыбное филе, порей и грибы разрезом вверх на выстланный промасленным пергаментом противень. Запекать под разогретым грилем 5 мин., один раз перевернув содержимое противня. Маринад прогреть с оставшимся медом до его растворения. Вынуть противень, снова перевернуть содержимое, смазать маринадом, вернуть под гриль и запечь, чтобы маринад на поверхности рыбы начал пузыриться, перевернув один раз (грибы и лук тоже нужно переворачивать). Сварить гречневую лапшу согласно инструкции на упаковке, промыть холодной водой, разложить по подогретым мискам, заправить соевым соусом и кунжутным маслом по вкусу, перемешать. Сверху разложить семгу, шиитаке и порей, посыпать кунжутом и немедленно подать.

МНЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛА

Илья Лазерсон, директор и шеф-повар «Кулинарной студии Ильи Лазерсона»:

– Хорошие пары для семги – грецкие орехи, яблоко, приправленное карри, паста из фенхеля, укропа и семян кориандра, молодой козий сыр, бекон. Ломтики чуть обжаренной семги залейте кисло-сладким луковым маринадом с добавлением раздавленных ягод можжевельника. Чтобы рыба не прилипала к решетке, густо посыпьте ее смесью соли и сахара (3:1), выдержите 20 минут, сполосните холодной водой, обсушите, смажьте маслом и жарьте.

Семга в кляре с лимонным соусом

6 порций

Что нужно:

- 1 кг филе семги без кожи
- 4 больших лимона
- большой пучок петрушки
- 1 стакан с горкой муки
- 0,5 стакана молока
- 1 яйцо
- 1 стакан нефильтрованного пива
- 1 ч. л. разрыхлителя
- морская крупная соль, свежемолотый белый перец
- масло для фритюра

Что делать:

Для соуса стереть цедру с 1 лимона, из всех лимонов выжать сок. Удалить у петрушки стебли, листья нарезать, положить в ступку, посыпать цедрой и щепоткой соли, растолочь, влить лимонный сок, перемешать. Нарезать рыбу полосками размером примерно 3 x 7 см, сбрызнуть небольшим количеством лимонного соуса, оставшийся соус поставить в холодильник до подачи. Для кляра в миску просеять половину муки с разрыхлителем, добавить молоко и яйцо, размешать, добавить пиво, соль и перец, размешать до однородности, но не слишком тщательно. Оставить на 20 мин. Посыпать рыбу оставшейся мукой, перемешать. Сильно разогреть в кастрюле с толстым дном масло для фритюра. Окунать каждый кусок рыбы в кляр и жарить во фритюре до золотистой корочки, переворачивая шумовкой, 2–3 мин. Готовые куски переложить на бумажные полотенца, чтобы впитался лишний жир. Подавать горячей, с лимонным соусом.

не сложнее в приготовлении. Скажем, тартар – для него нужно мелкими кубиками нарезать филе рыбы, заправить оливковым маслом и соком лимона, тертым имбирем, солью, перцем (можно продолжать: соевым соусом, чили, чесночным маслом...). А дальше – ловкость рук и фантазия. При помощи формы-кольца тартар аккуратно выложить на тарелку. Хотите, чтобы было совсем как в ресторане? Приготовьте по тому же принципу тартар из тунца или креветок и выложите рядом. А украсить можно изящными «всполохами» красной икры.

В печь его!

А теперь предположим, что в холодильнике у вас появилось не филе, а настоящая цельная рыбина, сверкающая чешуей. Запекание ее тоже относится к курсу начальной школы, хотя, между прочим, исполин британской кухни Гордон Рамзи утверждает, что ничто не проявляет так сильно аромата рыбы и всех ее лучших качеств, как запекание – в его версии с травами и карамелизированным лимоном. Для этого нужно обрезать хвост и плавники, обсушить рыбу бумажным полотенцем внутри и снаружи, сделать надрезы на тушке на расстоянии 1–2 сантиметров. И натереть оливковым маслом с солью и перцем. На выложенном на противне листе фольги устроить «подушку» из нашинкованных трав (тимьян, базилик, розмарин, шалфей, петрушка) и чеснока. Часть трав отправляется внутрь рыбы. Лимонные дольки нужно обжарить пару минут в оливковом масле, посолив и поперчив, и тоже уложить на рыбу и внутрь ее. Затем полностью завернуть в фольгу и запекать примерно полчаса.

Не сложнее этого и все другие способы запекания. Допустим, в морской соли: килограмм соли соединить с 3–4 белками и небольшим количеством воды, часть этой однородной «замазки» выложить на противень, а частью полностью покрыть рыбу. С готовой рыбы кожа отойдет вместе с соляной корочкой.

Кусочки рыбы с кожей можно запекать в самых разных маринадах – и вкус ее будет каждый раз разным. Вот, например, «горчичная корочка»: слегка обжаренные кусочки лосося смазать дижонской горчицей, посыпать травами, умаслить оливко-

Стейк лосося на гриле со сливочно-горчичным соусом

1 порция

parmalat

Что нужно:

1 стейк лосося толщиной около 2 см
100 мл сливок «Пармалат» жирностью 23%
1 ч. л. дижонской горчицы
1 ч. л. каперсов
1 ст. л. оливкового масла
соль, белый и черный молотый перец

Что делать:

Сначала приготовить соус. Сливки перелить в сотейник и уварить на среднем огне до 2/3 первоначального объема. Добавить горчицу и щепотку соли, перемешать и прогреть в течение 3 мин. Снять с огня, попробовать, приправить по вкусу солью и черным перцем. Стейк лосося тщательно обсушить, смазать с обеих сторон оливковым маслом, натереть солью и белым перцем. Разогреть сковороду-гриль, положить на нее стейк и обжарить в течение 3 мин., затем перевернуть и обжарить еще 2 мин. Уложить стейк на тарелку, слегка полить соусом, добавить каперсы и подать к столу. Оставшийся соус подать отдельно.

МНЕНИЕ ТЕСТ-ГРУППЫ
Мальвина Русе

Рецепт очень четкий, простой, и ему легко следовать. Изменения, которые я внесла в технологию приготовления, небольшие. Растопленное масло я настояла на смеси пряностей и потом процедила сквозь мелкое сито. Мне кажется, что без малосольной (слабосоленой) семги легко можно обойтись, она ничего не привнесла во вкусовую композицию, ее присутствие в начинке не ощущается. Я пекла пирог в форме диаметром двадцать шесть сантиметров, из указанного количества рыбы у меня получилось шесть слоев.

Пирог с тремя видами лососевых

6–8 порций

Что нужно:

- 500 г дрожжевого слоеного теста
- 400 г филе лосося без кожи
- 250 г ломтиков слабосоленой семги
- 1 маленькая горбуша горячего копчения без головы (около 400 г)
- 6–7 ст. л. топленого масла
- 1 ч. л. семян фенхеля
- 2 ч. л. семян желтой горчицы
- 1 ч. л. белого перца горошком
- морская соль
- 2 желтка для смазывания

Что делать:

Горошины белого перца и семена горчицы слегка растолочь в ступке. Положить в маленький сотейник топленое масло, растопить, всыпать семена фенхеля, белый перец и горчицу. Готовить на минимальном огне 3 мин., снять с огня и отставить. Горбушу очистить от всех костей, кожуры и внутренностей, филе крупно порубить ножом. Филе сырого лосося нарезать тонкими ломтиками, держа нож под углом, чтобы ломтики получились широкими. Разделить тесто на 2 части в соотношении 2:1, раскатать большую часть тонким слоем, выложить в жаропрочную форму. Кулинарной кистью смазать дно пирога небольшим количеством масла со специями. Выкладывать начинку слоями: сырой лосось, слабосоленый, копченый, сбрызгивая каждый слой маслом со специями. Когда начинка закончится, накрыть второй частью теста, также тонко раскатанной, края защипать. Сделать в крышке пирога 4–6 проколов вилкой для выхода пара. Желтки взбить с 1 ст. л. воды, смазать пирог. Поставить пирог в холодную духовку и включить ее, установив температуру 180 °С. Выпекать до золотистого цвета, 30–40 мин. Готовый пирог вынуть из духовки, накрыть полотенцем и дать постоять еще 20 мин. Подавать теплым или полностью остывшим.

вым маслом и посыпать сухарями.

Или же попробуйте разрезать филе, как режут манго – кубиками, но чтобы кожица внизу осталась целой (потом их легко будет отделить). Как следует промажьте маринадом из лимона, меда, натертого имбиря, оливкового и кунжутного масел, сухого чили и соли. Через 20 минут, как раз к подоспевшему гарниру из шпината, брокколи и картошки, из духовки выйдет ароматнейшее создание.

Лосось и искусство

Высшую школу в искусстве приготовления рыбы можно увидеть на специализированных мероприятиях. Например, на проходящей каждый апрель брюссельской выставке рыбы и морепродуктов – главной в Европе. Огромный павильон посвящен новинкам – тому, что придумали делать из рыбы в последний год. Лосось – главный фаворит, и благодаря не столько своей распространенности, сколько восприимчивости к новым идеям. Вот медальоны из лосося – похожие на печенье, и даже с тонкой прослойкой бекона внутри, там, где у печенья крем; вот лосось, копченный с розовыми лепестками и северными ягодами…

Иногда эту высшую школу демонстрируют в ресторанах – помнится, в «Галерее» был популярен одноименный салат. Шеф заворачивал филе в водоросли нори, обваливал в муке для темпуры и обжаривал во фритюре. Готовую рыбу, ярко-красную в разрезе, поливали сладким медовым соусом и подавали – в одной салатнице с апельсином, грейпфрутом, манго, морковью, луком, кенийской фасолью, руколой и другими салатными листьями.

Но чаще всего даже ресторанные рецепты не составляют проблем на домашней кухне. Попробуйте гаспачо. Для него помидоры (ошпаренные, без кожицы) протираются с оливковым маслом, солью и перцем, добавляется апельсиновый фреш, а заправляется этот суп кусочками сельдерея, яблок, фенхеля, огурца и – лосося-гриль. Или же другой ресторанный вариант, отнимающий не больше 15 минут: обжарьте кусочки филе лосося, замаринованного в горчичном соусе; стебель лука-порея слегка обжарьте и добавьте мед и соевый соус. Затем соедините с лососем и выложите в салатницу вместе с травами и листовым салатом. Последний штрих – сыр камамбер

Все просто. Закрадывается подозрение, что котлетки и рыбный суп, который готовили наши бабушки, – едва ли не самые сложные в рейтинге блюда.

Елена Голованова

На женский вкус

Времена меняются – теперь чипсы могут быть изысканным продуктом, да еще и созданным специально для женщин

Айзек Коррея родился в Нью-Йорке. Вместо того чтобы круглые сутки околачиваться на улице вместе с другими подростками, Айзек пошел учиться на повара – и оказался очень талантливым учеником. Сначала его взяли на работу в известный ресторан Prima Donna, а потом и в Chez Louis. В 1995 году любовь к приключениям привела Айзека в Россию, где он и живет до сих пор. В его российском «послужном списке» рестораны «Санта-Фе», American Bar & Grill, TGI Friday's, «Артистико» и «Улей». Именно Коррея был первым шефом, познакомившим москвичей с кухней fusion. Айзек, конечно же, женат на настоящей русской красавице – так что он прекрасно разбирается в еде, женщинах и в чипсах. Коррея честно признается, что он, «простой нью-йоркский парень», без чипсов и дня прожить не может.

Lay's Sensations – изысканные чипсы, созданные специально для женщин. «Барашек по-сардински с баклажанами-гриль и вялеными томатами», «Моццарелла буффало с соусом песто» и «Тайский перец чили в сладком соусе» – эти три великолепных вкуса дарят женщине неповторимые моменты, когда она может остаться наедине с собой, своими чувствами и мечтами. Lay's Sensations – чувственный проводник в мир незабываемых наслаждений. Они созданы специально для того, чтобы наполнить жизнь вкусом и новыми ощущениями.

РЕКЛАМА

Баклажанный дип к чипсам от Айзека Коррея

6–8 порций

Что нужно:

6 крупных баклажанов
3–4 зубка чеснока
1 небольшой красный острый перец чили
средний пучок кинзы
маленький пучок зеленого базилика
оливковое масло «экстра вирджин»
соль, свежемолотый черный перец

Что делать:

Баклажаны наколоть на двузубую вилку с длинной ручкой и обжечь над открытым огнем (газом) до почернения кожицы. Затем уложить на решетку в разогретой до 180 °С духовке, запекать до мягкости, 35–50 мин. Готовые баклажаны разрезать вдоль пополам, выскоблить мякоть, мелко порубить. Чеснок, листья кинзы и базилика, а также чили (с семенами или без) очень мелко нарезать или растолочь в ступке. Смешать баклажаны, чеснок, чили и зелень, приправить по вкусу оливковым маслом, солью и перцем. Перемешать, дать настояться 1–2 ч и подавать к чипсам Lay's Sensations.

фото: Александр Тиванов

Однопартийцы

Лосось – идеальный продукт. Он просто готовится, его практически все любят. Кроме того, существует огромное количество соусов и маринадов, составляющих ему прекрасную партию. Мы отобрали самые интересные и быстрые из них

Сладкая лимонная сальса

на 500 г копченого или жареного лосося

Что нужно:

- 5 средних лимонов
- 2 больших спелых помидора
- 2 ст. л. белого сахара
- 2 свежих перца чили (острота по вкусу)
- большой пучок кинзы
- 1 ст. л. растительного масла
- 1 ст. л. соевого соуса

Что делать:
С лимонов снять крупной теркой цедру, выжать сок. У помидоров удалить семена с жидкостью, мякоть нарезать мелкими кубиками. Чили нарезать колечками. Листья кинзы отделить от стеблей, крупно порубить. Масло разогреть в сотейнике, добавить цедру, лимонный сок и соевый соус. Едва закипит, всыпать сахар. Когда сахар растворится, добавить помидоры и чили, перемешать и снять с огня. Всыпать кинзу, перемешать еще раз и подавать.

Почти польский соус для отварного лосося

на 500 г отварного филе

Что нужно:

- 100 г сливочного масла
- 1 средний лимон
- маленький пучок петрушки
- 1 веточка укропа
- четверть зубка чеснока
- щепотка соли

Что делать:
Сливочное масло положить в жаропрочную миску. Поместить миску над кастрюлей со слабо кипящей водой так, чтобы ее дно не касалось воды. Отделить листья петрушки от стеблей, уложить листья на разделочную доску, добавить к ним укроп и чеснок. Порубить ножом до образования однородной смеси. Выжать в начавшее таять масло сок из лимона, взбивая смесь венчиком. Добавить смесь зелени и чеснока, приправить солью, перемешать. Подать немедленно.

Маринад для лосося на гриле

на 500 г филе

Что нужно:

- 1 средняя белая луковица
- 1 зубок чеснока
- 2 ст. л. растительного масла
- 0,5 ч. л. семян кориандра
- 10 горошин белого перца
- 0,5 ч. л. коричневого сахара
- 0,5 ч. л. морской крупной соли

Что делать:
Семена кориандра и горошины белого перца обжарить на сухой сковороде, 1–2 мин., затем всыпать в ступку и растолочь пестиком. Добавить соль и сахар, растолочь еще раз. Лук и чеснок очистить, положить в блендер, измельчить в импульсном режиме. Добавить толченые пряности и масло, перемешать до однородности. Полученной смесью смазать со всех сторон филе, оставить на 30 мин.

Маринад для шашлычков из лосося

на 500 г филе

Что нужно:

- 1 целый корень имбиря (10–12 см)
- 1 черешок сельдерея
- 1 ст. л. хорошего томатного кетчупа
- 2 щепотки соли

Что делать:

Имбирь очистить, порезать, положить в блендер. Добавить сельдерей, измельчить. Из полученной массы отжать сок и налить его в контейнер с плоским дном. Добавить кетчуп. Приправить солью. Филе нарезать небольшими кусочками, нанизать на деревянные палочки. Уложить шашлычки в контейнер с маринадом. Через 5 мин. перевернуть. Еще через 5 мин. зажарить на гриле.

Оливада со сметаной

на 500 г отварного или жареного филе

Что нужно:

- 200 г сметаны средней жирности
- 200 г оливок без косточек
- 1 ч. л. мелких каперсов
- 1 ч. л. дижонской горчицы
- 3 веточки базилика
- 0,5 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
- щепотка свежемолотого черного перца

Что делать:

Каперсы залить холодной водой, через 10 мин. откинуть на дуршлаг и отжать, чтобы вытекло как можно больше жидкости. У базилика удалить наиболее грубые веточки, все остальное положить в блендер. Добавить каперсы, оливки и горчицу. Взбить в импульсном режиме. Добавить сметану и взбить до образования однородной массы. Выложить в миску, полить оливковым маслом. Охладить, 10 мин.

Соус «Авголемоно»

на 500 г отварного филе

Что нужно:

- 4 свежих яичных желтка
- 150 мл сливок для взбивания
- цедра 1 лимона
- 2 щепотки соли

Что делать:

Сливки взбить в крепкую пену. Желтки влить в жаропрочную миску, поместить над кастрюлей со слабо кипящей водой так, чтобы дно не касалось воды. Взбивать венчиком. Едва желтковая масса начнет загустевать, снять миску с бани, всыпать измельченную цедру и посолить. Дать остыть, 2 мин. Затем добавить к желткам половину взбитых сливок, аккуратно перемешать ложкой плавными движениями снизу вверх. Выложить оставшиеся сливки и перемешать еще раз.

«Кетчуп» без помидоров для лосося на гриле

на 500 г жареного филе

Что нужно:

- 1 очень кислое яблоко среднего размера
- сок 1 лимона
- большой пучок укропа
- 3 ст. л. желе из красной смородины
- щепотка соли

Что делать:

У укропа удалить грубые веточки, остальную зелень положить в блендер. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины, крупно нарезать и положить в блендер. Добавить сок лимона и соль. Взбить до однородности, переложить в миску. Желе поместить в сотейник, добавить 2–3 ст. л. воды, прогреть при помешивании на среднем огне до растворения. Дать немного остыть. Добавить в миску с зеленой смесью, аккуратно перемешать вилкой. Поставить в холодильник на 30 мин.

Маринад для лосося в воке

на 500 г филе

Что нужно:

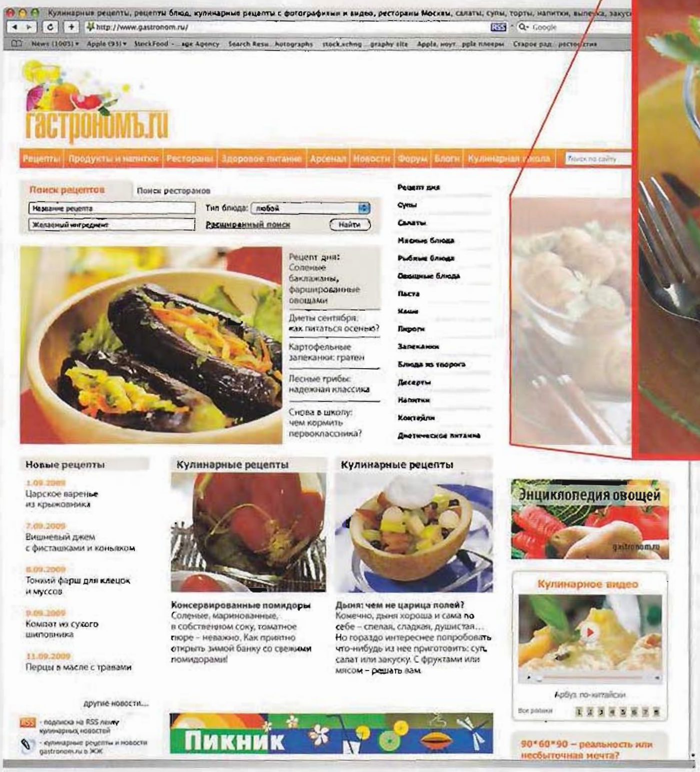
- 4 ст. л. светлого соевого соуса
- 1 лайм
- 2 см корня имбиря
- 1 ст. л. растительного масла

Что делать:

Имбирь очистить, натереть на мелкой терке. С лайма снять крупной теркой цедру, затем выжать в миску сок. Добавить к соку соевый соус, тертый имбирь и масло. Взбить вилкой. Рыбу нарезать небольшими полосками, положить в миску с маринадом, перемешать и оставить на 30 мин. при комнатной температуре.

КСТАТИ

Если у вас под рукой не оказалось свежего лимона или лайма, воспользуйтесь для приготовления соусов и маринадов натуральными соками Sicilia®, которые выжаты из цитрусовых в солнечной Сицилии. В горлышко бутылочки с соком Sicilia® встроена капсула с эфирным маслом. Проходя через капсулу, выливаемый сок смешивается с эфирным маслом, но не попадает снова в резервуар. Это обогащает сок ароматом свежевыжатых лимонов и не позволяет оставшемуся соку прогоркать. Одна бутылочка 115 мл содержит сок четырех-пяти фруктов.



- ДИЕТЫ СЕНТЯБРЯ
- ВЫБИРАЕМ АРБУЗ: ЧТО У НЕГО ВНУТРИ?
- ЛЕСНЫЕ ГРИБЫ: НАДЕЖНАЯ КЛАССИКА
- ЧЕМ КОРМИТЬ ПЕРВОКЛАССНИКА?

БАРХАТНЫЙ СЕЗОН GASTRONOM.RU

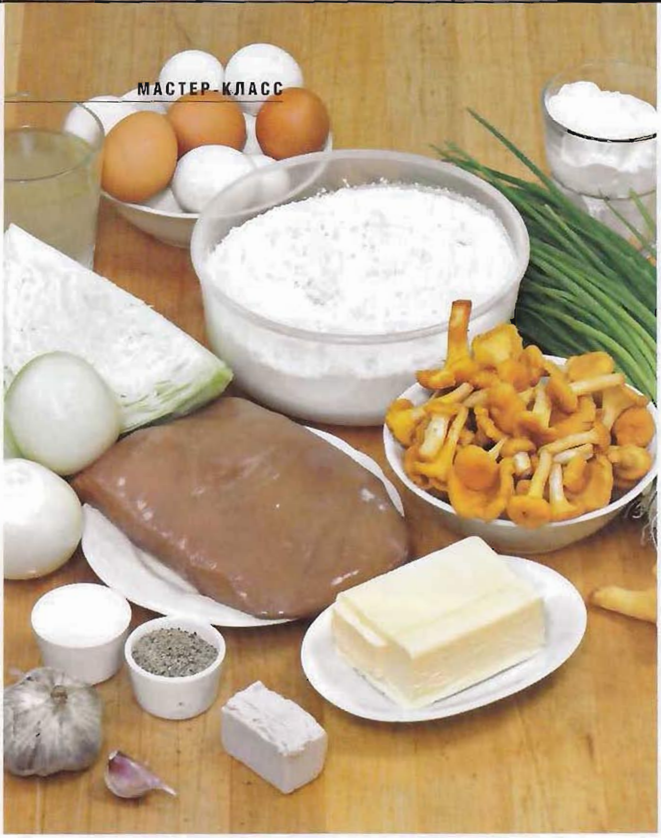
ПРОВЕРЕНО ПРОФЕССИОНАЛАМИ

ФОТОКОНКУРС «КУХНЯ ИЗРАИЛЯ»

Согретая солнцем земля, одинаково священная для христиан, мусульман и иудеев. На крошечной территории сошлись моря, горы и пустыни, древние руины и современные небоскребы, фешенебельные отели и бедуинские хижины. Страна с удивительными людьми, природой фантастической красоты и кухней, не похожей ни на какую другую. Фалафель, хумус, форшмак, латкес, цимес – история каждого из этих блюд связана с историей этой страны. Gastronom.ru и Министерство туризма Израиля в РФ и СНГ объявляют фотоконкурс «Кухня Израиля». Подробности – на сайте gastronom.ru

Кулебяка на четыре угла

От одного слова «кулебяка» на душе делается спокойно и уютно. А уж когда ешь ее, любезную, становишься добрым, щедрым, и даже любовь к Родине просыпается. Главное – не думать в этот момент о калориях



1 Для грибной начинки лисички почистить, при желании промыть и обсушить; крупно нарезать. Чеснок раздавить и мелко порубить. В сковороде растопить масло, положить чеснок и лисички, обжарить на среднем огне, помешивая, 7 мин.

2 Добавить в сковороду с лисичками муку, обжаривать на среднем огне, помешивая, 2 мин. Выложить сметану, перемешать, увеличить огонь, довести до кипения, посолить и поперчить по вкусу. Снять с огня и остудить.

Что нужно:
800 г муки
400 г сливочного масла
50 г свежих дрожжей
4 яйца
соль, свежемолотый черный перец

Для грибной начинки:
600 г лисичек
3 зубка чеснока
1 ст. л. муки
200 г сметаны жирностью 20%
50 г сливочного масла

Для капустной начинки:
половина среднего кочана молодой капусты
6 яиц
150 г сливочного масла

Для мясной начинки:
600 г телячьей печенки
2 большие луковицы
100 г сливочного масла
мясной бульон

Для луковой начинки:
300 г зеленого лука
7 яиц
100 г сливочного масла

6 Провернуть печенку с луком через мясорубку. Затем, помешивая, добавить столько бульона, чтобы начинка приобрела вязкую консистенцию. Посолить и поперчить по вкусу.

7 Для луковой начинки зеленый лук очень мелко нарезать. В сковороде распустить масло, не давая ему перегреться. Положить лук и прогреть на небольшом огне, помешивая, так, чтобы лук не поджаривался, 3 мин. Снять с огня.

8 Очищенные яйца для луковой начинки мелко порубить. Добавить к луку рубленые яйца, тщательно перемешать, затем посолить и поперчить по вкусу.

3 Яйца для всех видов начинки сварить вкрутую, очистить. Для капустной начинки капусту мелко порубить, залить большим количеством кипящей воды (если капуста уже немолодая, ее нужно довести до кипения и проварить, 2–3 мин.) и откинуть на сито, чтобы стекла вся вода. Капусту слегка отжать.

4 В сковороде распустить масло, не давая ему перегреться, положить капусту, потушить на небольшом огне, помешивая, 5 мин. Затем снять с огня, остудить. Яйца порубить, смешать с капустой. Солить капусту можно только непосредственно перед тем, как класть в пирог!

5 Для мясной начинки печенку очистить от пленок и протоков, нарезать кубиками со стороной примерно 2 см. Лук измельчить. В сковороде разогреть масло, положить лук, жарить на среднем огне 10 мин. Добавить печенку, жарить на среднем огне 5 мин., остудить.

9 Для теста просеять муку горкой, сделать в центре колодец. Дрожжи развести в 3 ст. л теплой воды. Масло нарезать и размягчить, яйца слегка взбить с солью. Влить дрожжи, яйца и масло в колодец, замесить мягкое эластичное тесто. Оставить расстояться на 10 мин. Разделить тесто на 2 части: 3/4 и 1/4. Отрезать небольшой кусочек теста для украшения.

10 Раскатать большую часть теста (3/4) в пласт толщиной 5–6 мм, выложить в форму так, чтобы края слегка свисали. Мысленно разделить кулебяку на 4 равные части и разложить по «углам» начинки. Аккуратно разровнять их поверхность. Раскатать меньшую часть теста в пласт толщиной 5–6 мм, накрыть кулебяку, тщательно защипнуть края.

11 Отложенный кусочек теста раскатать, вырезать или слепить украшения, выложить их на поверхность кулебяки. Слегка взбить яйцо, смазать им кулебяку. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке (в режиме конвекции или с включенным низом и верхом духовки) до готовности теста, примерно 30 мин.

Дмитрий Каневский, шеф-повар ресторана «Царская охота»

Кулебяка на четыре угла, конечно, совсем не диетическое блюдо, но очень вкусное, время от времени его можно себе позволить. Это очень удачный вариант теста – оно одновременно сдобное, нежное и не требует долгого подъема и расстаивания. Кроме тех начинок, что вы видите в этом рецепте, кулебяку можно делать с множеством разных продуктов. Например, с рыбой: семгой, треской, осетром и визигой – в такую начинку добавьте обжаренный лук, яйца, укроп и, если хотите, рис. Грибную начинку готовят из белых – свежих, замороженных, сушеных или любых других сезонных грибов. Если не любите печенку, попробуйте начинку из говяжьего языка или другого мяса. Особенно хороши кулебяки с дичью – лосятиной или олениной. Мясо, перед тем как класть в пирог, нужно приготовить. Можете запечь его, а потом измельчить – а можете наоборот: сначала очень-очень мелко порубить, затем быстро обжарить на сковороде. Фантастическая начинка для кулебяки получается из запеченных рябчиков, фазана и особенно утки. К утке можно добавить рассыпчатую гречку и жареный лук. Только не солите капустную начинку до того, как будете собирать кулебяку, иначе у вас все утонет в капустном соке.

Коллекция коллекционеров

Не важно, что вы коллекционируете – яйца Фаберже или фантики от конфет, главное, что хобби добавляет вашей жизни азарта и наслаждения. В этом нас убеждали собиратели предметов, так или иначе связанных с гастрономией

Андрей Журавлев, инженер:

– А вы знаете, что благодаря подстаканнику появилась кольцевая линия Московского метрополитена? Говорят, когда Сталину принесли на утверждение план метро, он пил чай и поставил на бумагу подстаканник. Причем точно известно, что это был за экземпляр – Кольчугинского завода, со Спасской башней. На схеме отпечатался след. Переспрашивать побоялись, в итоге мы имеем кольцевую линию, «нарисованную» подстаканником...

Собиранием подстаканников я заразился от моего тестя лет пять назад. Сейчас в нашей коллекции более пятисот экземпляров. Раньше подстаканники были предметом обихода, а теперь – произведение искусства. Сколько их уничтожили и отправили в переплавку... Я собираю все подряд, хотя есть коллекционеры, которые отдают предпочтение только серебряным подстаканникам или только агитационным. Самое ценное для меня – бракованные экземпляры, скажем, те, где рисунок или орнамент из-за нарушения технологии оказался перевернут. Настоящий раритет! Вообще я серьезно отношусь к этому делу и даже сделал сайт podstakanniki.ru. И планирую открыть частный музей и клуб коллекционеров подстаканников.

Алексей Андреев, президент брендингового агентства Depot WPF, академик Российской академии рекламы:

– У меня довольно редкое хобби: коллекционирую сорокаградусные не-водки. Это должны быть крепкие напитки, не самые известные и популярные, поэтому, скажем, виски, коньяк, бренди, ром, текилу я в коллекцию не включаю, а вот ракию, аквавит, словенский хрушковец, чилийский писко или монгольский арак – с радостью. Моя коллекция разрушает миф, что на Западе не любят крепких напитков. Как бы не так! Голландцы, к примеру, свой можжевеловый женевер пьют даже вперемешку с пивом – не каждый русский осилит.

Друзья везут мне в подарок из дальних странствий не надувных крокодилов, а местные напитки. Они же уговаривают меня иногда нанести коллекции урон и распить ту или иную бутылочку. Если экспонат представлен в двух экземплярах, мне не жалко. А если в одном... то тоже не жалко – купим еще!

◄ **Анна Маслова, экономист**
Андрей Маслов, переводчик

Андрей: «Для нашей четырехкомнатной квартиры коллекция из более чем полутора тысяч пивных бокалов и кружек – это уже предел. Пора переходить на что-нибудь менее местоемкое. Коллекционирование пивной атрибутики – занятие довольно распространенное, но для нас оно превратилось в важную, даже приключенческую часть жизни: мы и в пивные путешествия ездим, и в выездных обменных биржах-выставках коллекционеров участвуем. А еще в Клубе коллекционеров пивной атрибутики единомышленников находим, обмениваемся. Мы с женой разделились по географическому принципу: она собирает кружки и бокалы из дальнего зарубежья, а я специализируюсь на отечественных экспонатах. Некоторые экземпляры столь желанны, что начинают нам сниться. Причем сначала они снятся, а потом приходится бегать, узнавать, существует ли такой и где его найти».

Анна: «Мало кто может похвастаться именным экземпляром в коллекции, а мы такой отыскали – в крошечном городке Маслова Пристань. Этот бокал – настоящий эксклюзив! Наше хобби тем интересно, что не просто вещи коллекционируешь, но и в гастрономическом плане просвещаешься, ведь вкус того или иного сорта пива лучше раскрывается в бокале, который специально для него выдут. Мы дегустируем, букет ароматов и оттенки вкусов учимся различать – дело тонкое».

Ольга Черникова, дизайнер:
– Вот это платье модельер Елена Супрун сшила мне из старинных рушников из моей коллекции. Рушников у меня много, почти две тысячи, в основном конца XIX века. Вообще у меня несколько коллекций. Есть, допустим, предметы русского крестьянского быта – от рукомойников до горшков и берестяных туесов. Гжель. Еще я собираю старинную одежду и подстаканники.

Я считаю, что свою культуру надо нести гордо! У меня живая коллекция, какие-то вещи я охотно использую в быту. Скажем, на кухне у меня современный кулер стоит в огромном деревянном ушате – и оттого сразу кажется домашним. Старинные вещи способны любой интерьер в стиле хай-тек сделать теплым и уютным. Да и чай вкуснее не из икеевской чашки, а из гжельской.

Гениальное просто

Спонсор рубрики:

Необходимые нам для поддержания сил пробиотики, лакто- и бифидобактерии не такие уж простаки: не зря же они выбрали для жизни кисломолочные продукты. И мы уж точно не зря эти продукты едим и готовим из них легкие, вкусные, сытные блюда!

Клубничный десерт из йогурта

4 порции

Что нужно:

500 мл йогурта «Био Баланс» «Клубника»
350 г клубники
0,5 стакана жидкого меда
2 пакетика (по 10 г) желатина

Что делать:

Прозрачные бокалы для десерта заранее поставить в холодильник. Отобрать 4 самых красивых ягоды клубники для украшения и еще 4 самые крупные. Оставшуюся клубнику протереть через сито, смешать с медом. Желатин замочить в жаропрочной миске в 0,5 стакана холодной воды на 10–15 мин. Затем растопить желатин на водяной бане, постоянно помешивая. Половину желатина добавить в клубнично-медовую смесь, взбить до однородности. Вторую половину желатина смешать с йогуртом. 4 крупные ягоды нарезать средними кубиками, добавить в йогурт. Разложить по охлажденным бокалам клубничную массу, поставить в морозильник, чтобы масса схватилась, на 10–15 мин. Затем на клубничную массу выложить йогуртовую, поставить в холодильник на 2–3 ч. Перед подачей украсить нарезанными веером ягодами клубники.

Легкий коктейль из кефира с зеленью и специями

4 порции

Что нужно:

800 мл кефира «Био Баланс» жирностью 1%
по 1 пучку кинзы и петрушки
4 длинных стебля тархуна
4 маленьких помидора черри
по 0,5–1 ч. л. черного перца горошком, семян зиры и кориандра
крупная морская соль

Что делать:

Черный перец, зиру и кориандр прогреть на сухой сковородке, потряхивая, 1–2 мин. Всыпать в ступку, добавить большую щепотку соли, растолочь. Листья кинзы и петрушки мелко нарезать, положить в блендер. Влить кефир, добавить половину смеси специй, взбить до однородности, поставить в холодильник минимум на 1 ч. Одновременно охладить большие стаканы для подачи. Перед подачей проткнуть помидоры черри стеблями тархуна так, чтобы помидор оказался в верхней трети стебля. Установить стебли с черри в стаканы, влить коктейль и подавать, посыпав оставшейся смесью специй.

Суп из кефира с красным перцем

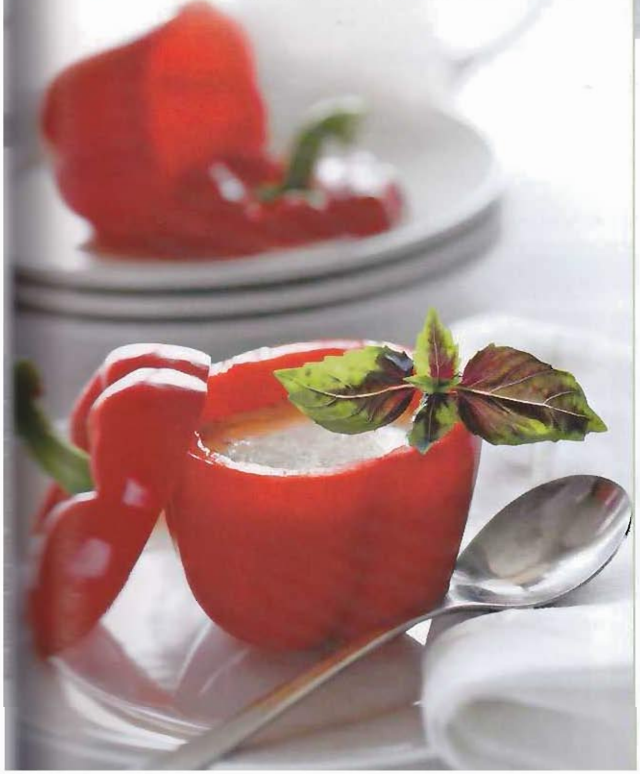
4 порции

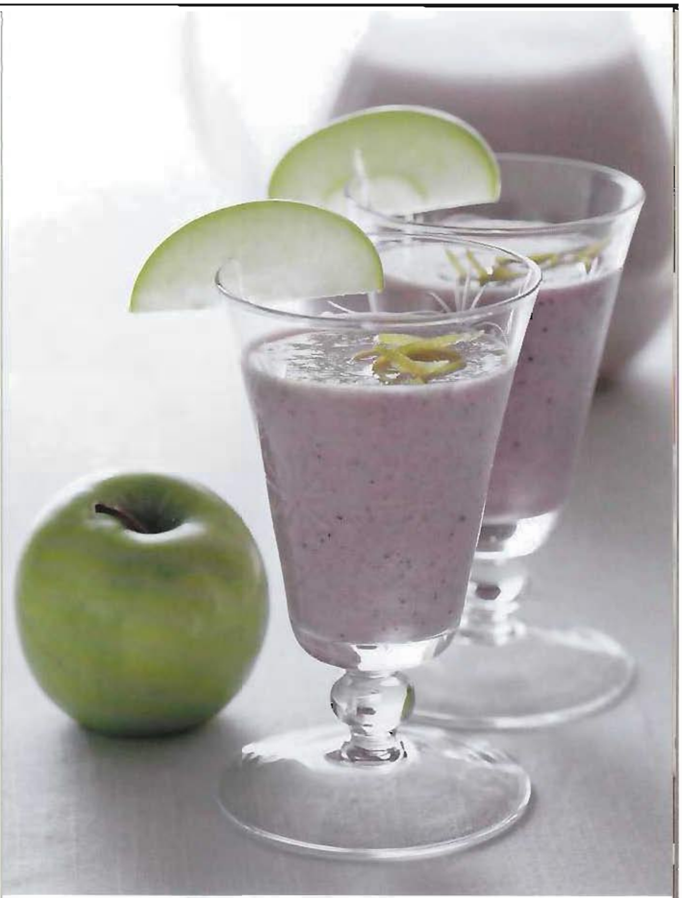
Что нужно:

700–800 мл кефира «Био Баланс» жирностью 2,5%
5 крупных ровных красных сладких перцев
1 большой огурец
2–3 зубка чеснока
горсть половинок свежих грецких орехов
3–4 веточки базилика
щепотка молотой паприки
соль, черный перец
оливковое масло «экстра вирджин»

Что делать:

У 4 сладких перцев аккуратно срезать «крышечку», удалить семена, не разрушая плодоножку. Смазать перцы изнутри оливковым маслом, натереть солью и черным перцем, поставить в холодильник на 1 ч. Огурец очистить от кожицы и крупных семян. У оставшегося перца удалить сердцевину. Измельчить огурец и перец на терке или блендером. Несколько листьев базилика оставить для украшения. Грецкие орехи, чеснок и оставшиеся листья базилика растереть в ступке до однородности, при необходимости подливая масло. Добавить в ступку соль и паприку по вкусу, перемешать. Смешать содержимое ступки с кефиром, измельченным перцем и огурцом. Если нужно, еще приправить черным перцем и солью, а также оливковым маслом, разлить по подготовленным сладким перцам. Поставить в холодильник на 1–2 ч. Подавать, украсив листьями базилика.





Черничный смузи с печеными яблоками и цедрой

2 порции

Что нужно:

500 мл йогурта «Био Баланс» «Черника–злаки»
2 больших зеленых яблока и 1 маленькое
коричневый сахар
2 маленьких лимона

Что делать:

С 1 лимона мелкой теркой снять цедру, засыпать 1 ч. л. сахара, растереть, накрыть и отставить. У 2 больших целых яблок аккуратно сверху вынуть сердцевину, не прорезая яблоко насквозь; насыпать в образовавшееся отверстие сахар, влить немного лимонного сока. Наколоть кожуру яблок вилкой, установить в жаропрочную форму с 0,5 стакана воды и запечь их в разогретой до 180 °С духовке до мягкости, 30–40 мин. Затем протереть через сито, добавив вытекший при запекании сок, остудить. Взбить в блендере йогурт с яблочным пюре, при желании добавив сахар, разлить по стаканам. Посыпать сверху растертой с сахаром цедрой. Для украшения снять с оставшегося лимона цедру широкой лентой. Из маленького яблока вырезать красивые дольки, удалив сердцевину, натереть лимонным соком. Красиво наколоть ломтики и ленты цедры на шпажку, уложить на стакан и подавать.

Островной инстинкт

Индонезия – страна небольшая, но расположилась она на нескольких тысячах островов. И на каждом свои традиции. Прибавьте к этому влияние соседей и многовековых торговых партнеров: Индии, Китая, Филиппин, Полинезии, Среднего Востока и, наконец, Европы. Очень многоликая кухня получается

При всем разнообразии кулинарных традиций Индонезии есть здесь и кое-что общее. Во всех уголках страны едят рис, арахис и кокосовые орехи. Рис чаще всего просто варят в большом количестве воды, затем откидывают. Иногда готовят его на пару в кокосовых корзинках или листьях банана. Готовый рис жарят с овощами – и получается нази горенг. Из рисовой муки делают лапшу, а из перебродившего риса – вино.

Арахис служит основой соусов, которые подают к сатей – жаренным на гриле шашлычкам из мяса, птицы и рыбы; ими поливают каредок – сырые мелко нарезанные овощи и гадо-гадо – сытный салат из овощей, сои и яиц; в него окунают роллы и рыбные «пирожки» отак-отак...

Кокос натирают на терке и обжаривают до состояния хрустящих хлопьев, которыми можно посыпать любое блюдо или смешать их с чили, чесноком, луком и тамариндовым соком, чтобы получить пряный соус. Больше половины индонезийских блюд готовится с использованием кокосового молока – сантан. Из него делают супы и десерты, в нем тушат мясо, птицу и рыбу, им поливают овощи. Без него не получится знаменитый ренданг – «тушенка» из мяса со специями в кокосовом молоке.

Сою в Индонезии тоже любят – и едят в виде сладкого соевого соуса кетчап манис и темпе – продукта, сделанного из ферментированных соевых бобов. Поскольку бобы используются цельные, то темпе не слишком похож по вкусу и внешнему виду на своего собрата тофу. Кстати, благодаря той же цельности бобов темпе значительно полезнее тофу, хотя немного грубее.

Ключ к индонезийской кухне – баланс между всеми ингредиентами. Чеснока должно быть не больше, чем лука, лука – не больше, чем чили... и так далее. И без ароматных пряностей представить себе местную еду невозможно. Причем мудрые индонезийцы набрали специй, пряных корней и трав из всех окружающих их кухонь: кориандр и бадьян, куркума и перец, калган и имбирь, лук-шалот и лимонное сорго, чеснок и десятки разновидностей чили, тамаринд и лимон, листья пандана и лайма...

Палочками в Индонезии не пользуются – едят руками или ложкой, помогая себе вилкой. Готовят основную еду обычно рано утром – а едят ранним вечером. Так сложилось, что всей семьей индонезийцы садятся за стол редко: ведь раньше работники приходили с поля в разное время, но их всегда ждал ужин. Причем блюда были или комнатной температуры, или их легко было подогреть.

Большое меню, которое вы увидите на этих страницах, приготовил для нас шеф Пананг Движа Путра с индонезийского острова Ломбок.

Благодарим Café Swiss в «Swissotel Красные Холмы» за помощь в подготовке материала.

Каредок, салат из сырых овощей

10 порций

Что нужно:

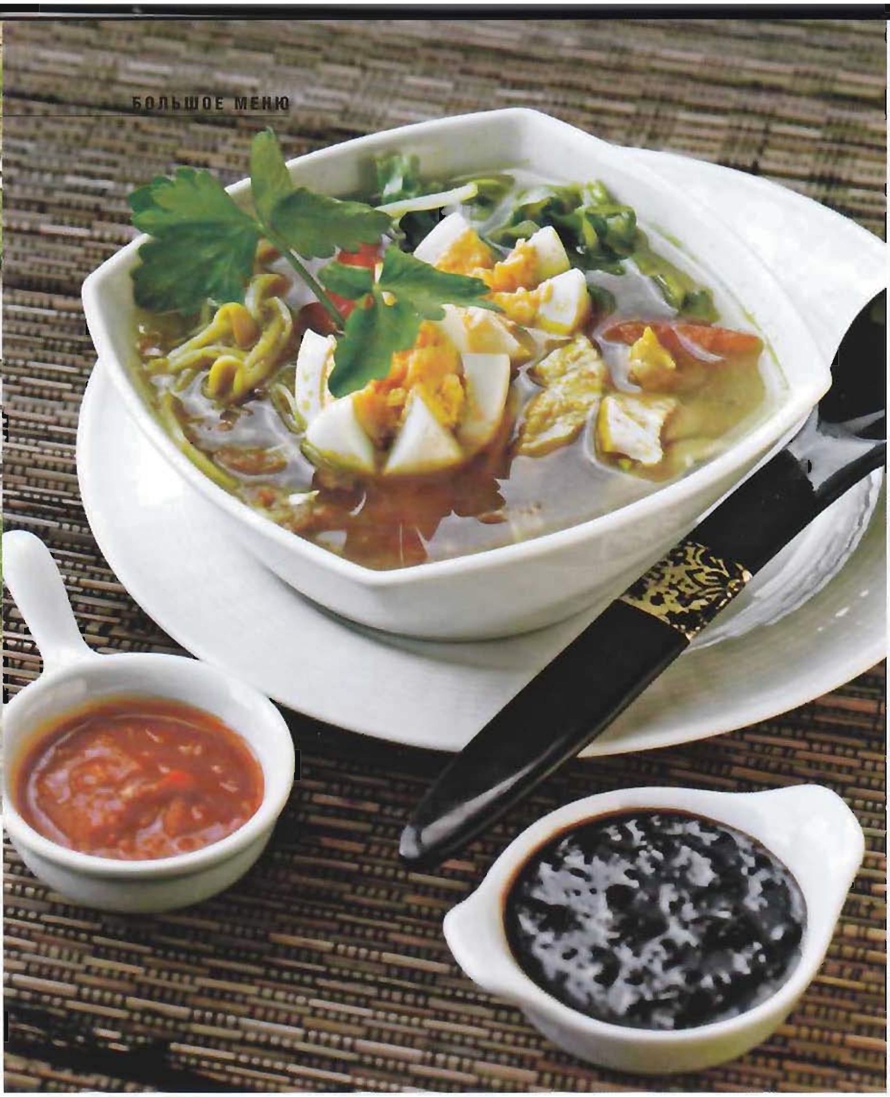
2 небольших огурца
2 средние морковки
1 маленький молодой баклажан
200 г зеленой стручковой фасоли
2 луковицы шалота
5 веточек базилика
3 большие горсти проростков золотистой фасоли, по желанию
1 ст. л. растительного масла

Для заправки:

8 зубков чеснока
5 небольших острых красных чили
100 г жареного арахиса
8 см корня свежего калгана (или имбиря)
2 ч. л. тамариндовой пасты
2 ч. л. креветочной пасты
6 ст. л. тростникового сахара
3 ч. л. соли

Что делать:

Шалот нарезать тонкими кольцами и обжарить в масле до хруста, выложить на бумажное полотенце. Для заправки креветочную пасту обжарить в сковороде, 1 мин. Чеснок, чили и калган измельчить, положить в ступку, добавить креветочную пасту и все остальные ингредиенты заправки, растереть до однородности, при необходимости добавляя чуть-чуть воды (это можно сделать и в блендере). Огурцы очистить от кожицы, нарезать тонкими кружками, морковь и баклажан – тонкой соломкой. Стручки фасоли разрезать на 3 части. Перемешать все овощи, при желании добавив проростки фасоли, полить заправкой и подавать, посыпав шалотом и листиками базилика.



Сото айям, куриный суп

10 порций

Что нужно:

1 курица весом около 1 кг
1 стебель лимонного сорго
2 лавровых листа
соль

Для пряной пасты:

5 луковиц шалота
3 зубка чеснока
2 см корня калгана (или имбиря)
по 0,5 ч. л. молотой куркумы, семян кориандра, белого перца горошком и мускатного ореха
3 ст. л. растительного масла

Для наполнения:

200 г стеклянной бобовой лапши
150 г проростков фасоли
100 г капусты
2 черешка сельдерея
3 яйца
3 средних помидора
2 луковицы шалота
1 ст. л. растительного масла

Что делать:

Для пряной пасты шалот, чеснок и калган измельчить, положить в ступку, добавить остальные ингредиенты, растолочь в пасту. Обжарить пасту с маслом в кастрюле на небольшом огне, помешивая, 3 мин. Влить 2,5 л холодной воды, положить курицу. Довести до кипения, снять пену, положить лимонное сорго (стебель предварительно разбить молотком), соль и лавровый лист. Варить 1,5 ч. Вынуть курицу, снять мясо с костей, разобрать на кусочки. Бульон процедить. Для наполнения яйца сварить вкрутую, разрезать на четвертинки. Капусту нашинковать. У помидоров удалить сердцевину, мякоть нарезать некрупными кубиками. Шалот тонко нарезать, обжарить с маслом, 10 мин. Лапшу приготовить согласно инструкции на упаковке, промыть и нарезать на куски длиной 10 см. Разложить по тарелкам куриное мясо, проростки фасоли, капусту, помидоры, лапшу и яйца, залить горячим бульоном, посыпать шалотом и подавать.

Лумпия хитам, черный спринг-ролл

10 порций

Что нужно:
- 200 г муки
- 50 г черного клейкого риса
- 2 яйца
- 0,5 ч. л. соли
- масло для фритюра

Для наполнителя:
- 200 г куриного филе
- 2 средние морковки
- 1 средняя луковица
- 4 зубка чеснока
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. сахара
- 0,5 ч. л. мускатного ореха
- соль

Для соуса:
- 5 красных перцев чили
- 0,25 стакана сока лайма
- 2–4 ст. л. фруктового уксуса
- 0,5 стакана тростникового сахара
- 1 ст. л. кукурузного крахмала
- 1 ч. л. соли

Что делать:
Для теста смолоть черный рис в кофемолке в муку, смешать с обычной мукой и солью. Отделить белки от желтков. Добавить слегка взбитые белки в муку, перемешать и замесить крутое тесто, подливая понемногу холодную воду. Придать тесту форму шара, накрыть и оставить на 2 ч. Для соуса растолочь в ступке измельченные чили, добавить сок лайма, уксус, сахар и соль. Отдельно размешать крахмал с 2 ст. л. воды. Вскипятить в сотейнике 0,25 стакана воды и смесь из ступки, влить раствор крахмала. Готовить, помешивая, 1 мин. Снять с огня, остудить. Для наполнителя куриное филе мелко нарезать, морковь натереть на терке, лук и чеснок измельчить. Обжарить лук и чеснок в разогретом масле до мягкости, 5 мин. Добавить куриное мясо и морковь, увеличить огонь и готовить, пока не выпарится вся жидкость. Приправить солью, сахаром и мускатным орехом, снять с огня и остудить. Тесто тонко раскатать при помощи скалки или машинки для пасты, нарезать на квадраты со стороной 20 см. На нижнюю половину каждого квадрата выложить по 1 ст. л. наполнителя, свернуть в рулетик до половины, подвернуть к центру открытые края, смазать свободный край теста желтком и завернуть окончательно. Когда все рулетики готовы, разогреть масло для фритюра и обжарить в нем спринг роллы до хрустящей корочки, переворачивая, примерно 4 мин. Подавать горячими или теплыми, с соусом.

МНЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛА
Лананг Движа Путра, шеф-повар Sengiggi Beach Hotel, Ломбок:
– В Индонезии на стол к любому блюду подается рис. Я люблю готовить желтый рис с пряностями: растираю пряную пасту из шалота, чеснока, имбиря и куркумы, кладу в кокосовое молоко, довожу до кипения. Затем всыпаю длиннозерный рис басмати – его нужно предварительно хорошо промыть и замочить на час, – добавляю пару лавровых листьев и соль. Варю на слабом огне, пока не впитается вся жидкость. А потом довожу рис до готовности на пару и подаю горячим – это очень вкусно.

Каре камбиг, баранина в кокосовом молоке

10 порций

Что нужно:

2 кг мякоти с бараньей ноги
2 л кокосового молока
соль

Для пряной пасты:

12 луковиц шалота
4 зубка чеснока
10 красных острых чили
2 см свежего корня имбиря
по 0,25 ч. л. семян коринадра, зиры, белого перца горошком и гвоздики
4 ст. л. растительного масла

Что делать:

Баранину нарезать средними кубиками. Для пряной пасты шалот, чеснок, чили (очищенный от семян) и имбирь измельчить, положить в ступку, добавить все остальные ингредиенты и растереть до однородности. В воке или большой кастрюле с толстым дном разогреть масло, положить содержимое ступки и обжарить на небольшом огне, помешивая, 2–3 мин. Добавить баранину, увеличить огонь до максимума. Перемешать, чтобы каждый кусочек покрылся пряной смесью. Готовить, помешивая, 5 мин. Влить кокосовое молоко, размешать. Довести до кипения и готовить под крышкой до мягкости баранины, 1,5–2 ч. Посолить и подавать горячим.

Серунденг, острый тертый кокос

10 порций

Что нужно:

400 г свежего кокоса
1 ст. л. тамариндового сока или сока лайма
2 ст. л. тростникового сахара
2 лавровых листа
соль

Для пряной пасты:

4 луковицы шалота
2 зубка чеснока
2 см свежего корня имбиря
0,5 ч. л. семян коринадра
4 ст. л. растительного масла

Что делать:

У кокоса срезать коричневую кожуру, мякоть натереть на терке. Для пряной пасты шалот, чеснок и имбирь измельчить, положить в ступку, добавить кориандр и растереть в однородную пасту. В воке или большой кастрюле с толстым дном разогреть масло, положить содержимое ступки и обжарить на небольшом огне, помешивая, 2–3 мин. Положить кокос, сахар, тамариндовый (лаймовый) сок и раскрошенный лавровый лист. Обжаривать, пока кокос не станет золотистым и хрустящим. Остудить и подавать как приправу.

Самбал мата, соус из шалота и лимонного сорго

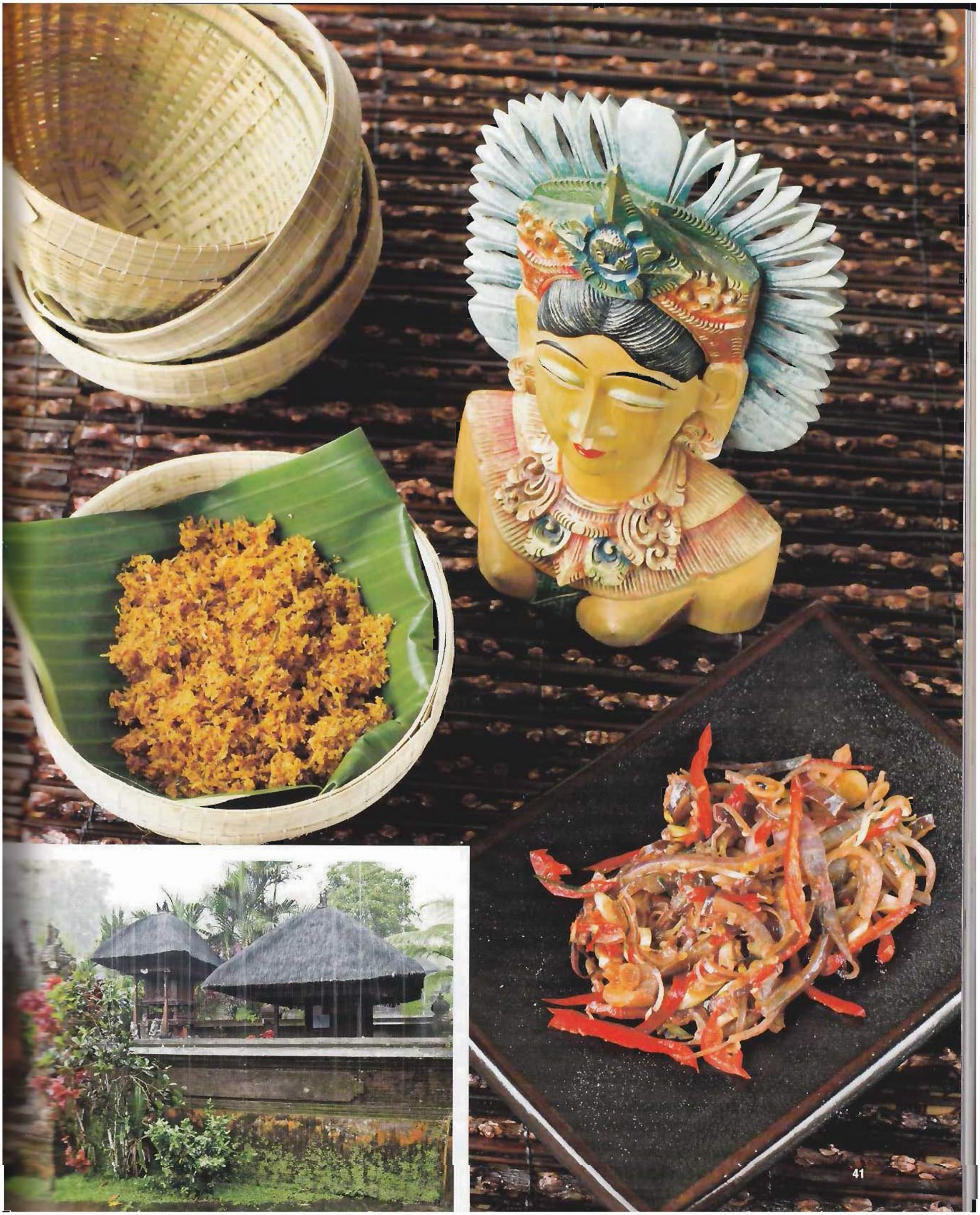
10 порций

Что нужно:

20 средних луковиц шалота
8 зубков чеснока
7 небольших красных острых чили
2 ч. л. креветочной пасты
6 стеблей лимонного сорго
2 ч. л. сока лайма
8 ст. л. растительного масла
2 ч. л. соли

Что делать:

Шалот нарезать тонкими полукольцами. Зубки чеснока разрезать вдоль пополам и нарезать тонкими дольками. У чили удалить семена, стручки тонко нарезать.
У лимонного сорго снять подсохшие верхние листья, отрезать верхнюю часть, оставив 6–7 см. Отбить стебли молотком, затем тонко нарезать.
Креветочную пасту слегка обжарить в сковороде, 1 мин. Добавить все ингредиенты самбала, тщательно перемешать и обжарить на слабом огне, помешивая, примерно 2 мин. Остудить, подавать как приправу.



Пизанг раи, бананы в кляре

10 порций

Что нужно:

20 мини-бананов
2 стакана рисовой муки
0,5 ч. л. соли
свежий кокос для подачи

Что делать:

Просеять рисовую муку в большую миску, сделать в центре колодец, добавить соль и 1,5 стакана ледяной воды, перемешать до однородности. В широкой кастрюле вскипятить примерно 2 л воды. Бананы очистить и разрезать вдоль пополам. Окунать каждую половинку в рисовый кляр и класть в кипящую воду. Готовить на слабом огне 10 мин. Готовые бананы перекладывать на бумажные полотенца. Подавать, посыпав тертым кокосом.

Список необходимых продуктов

Птица, мясо и яйца

1 курица весом около 1 кг
200 г куриного филе
2 кг мякоти с бараньей ноги
5 яиц

Овощи, зелень

1 средний кочан капусты
200 г зеленой стручковой фасоли
300–400 г проростков золотистой фасоли
2 кг лука-шалота
1 средняя луковица
4 головки чеснока
30 небольших острых красных чили
3 средних помидора
2 черешка сельдерея
2 небольших огурца
4 средние морковки
1 маленький молодой баклажан
2 корня (14 см) свежего калгана или имбиря
7 стеблей лимонного сорго
маленький пучок базилика

Фрукты и орехи

20 мини-бананов
2 крупных свежих кокоса
100 г жаренного арахиса
7 лаймов
6 листьев лайма

Бакалея и алкоголь

2 л кокосового молока
1 упаковка черного клейкого риса
1 упаковка пшеничной муки
1 упаковка муки из тапиоки или кукурузного крахмала
1 упаковка рисовой муки
200 г стеклянной лапши (из бобовых)
1 пачка тростникового сахара
1 баночка тамариндовой пасты
1 баночка креветочной пасты
1,5 л растительного масла
1 бутылочка фруктового уксуса

Приправы

1 пакетик семян кориандра
1 пакетик белого перца горошком
1 пакетик тертого мускатного ореха
1 пакетик семян зиры
1 пакетик гвоздики
1 пакетик молотой куркумы
1 упаковка лаврового листа
1 пачка соли

РЕКЛАМА

Искренние продукты

До недавнего времени городским жителям о натуральных молочных продуктах приходилось только мечтать. Но в начале этого года в экологически чистом районе Тверской области был построен современный производственный комплекс, включающий в себя ферму и молокозавод, оборудованные по последнему слову техники. На ферме поселилось элитное стадо голландских буренок. А весь цикл молочного производства контролируется комплексной системой управления под наблюдением голландских специалистов. Молоко и кисломолочные продукты, произведенные на этом уникальном предприятии, соответствуют европейским стандартам высшего качества и поступают на прилавки магазинов под брендом «Искренне ваш».

Молоко «Искренне ваш» имеет повышенное содержание белка, которое и определяет его непревзойденную пищевую ценность, особенно для детского организма. Самое популярное в линейке – молоко «Отборное». Это цельное молоко, которое не подвергается нормализации по жиру, а разливается «прямо из-под коровки».

Неизменным спросом у покупателей пользуются и кисломолочные продукты «Искренне ваш»: кефир, сделанный на «живой» закваске, густая деревенская сметана, изготовленная исключительно из натуральных сливок, творог, содержащий легко усваиваемый натуральный кальций, йогурты на живых йогуртовых культурах с натуральными ягодами и джемами... Особенного внимания заслуживают биокефир «Искренне ваш» – уникальный продукт, содержащий пять видов бифидобактерий, присущих организму человека, – и ряженка, заслуженно отмеченная высшей наградой на выставках Продэкспо 2009 в номинации «Лучший продукт».

Современные технологии упаковки позволяют предотвращать попадание и развитие в натуральных молочных продуктах «Искренне ваш» вредных бактерий при минимальной термической обработке. Все они производятся по классической технологии без растительных добавок и консервантов, с использованием исключительно живых культур и натуральных джемов. Поэтому продукция «Искренне ваш» имеет короткие сроки хранения.

Все молочные продукты «Искренне ваш» по международной классификации можно с уверенностью отнести к продуктам органического происхождения.

Сыпать комплиментами

Всегда старайтесь использовать самые свежие и качественные продукты. Но не менее важно правильно подобрать к ним приправы и пряности – поверьте, такие комплименты всегда окупаются

Пирог с картошкой и луком

4–6 порций

Тщательно вымыть щеткой 4 крупные картофелины, залить их кипятком и отварить до готовности. Горячий картофель очистить от кожуры и размять в пюре. Мелко нарезать 2 крупные луковицы, обжарить с 4 ст. л. растительного масла на несильном огне в течение 15 мин., до золотистого цвета. Затем добавить к луку 1,5–2 ст. л. универсальной «Ароматной приправы» Кнорр, перемешать и снять с огня. Смешать лук и картофельное пюре до однородности. Взять 500 г слоеного дрожжевого теста, отделить 2/3 и тонко раскатать под размер жаропрочной формы для пирога или противня. Выложить картофельную начинку, загнуть края теста. Оставшееся тесто тоже тонко раскатать, закрыть им пирог, защипать края. Сделать в пироге несколько проколов для выхода пара, смазать яичным желтком. Поставить в разогретую до 180 °С духовку. Выпекать до золотистой корочки, примерно 30 мин. Подавать теплым.

Рыба в пряных сухарях

2 порции

Обсушить бумажными полотенцами 2 филе любой белой морской рыбы весом по 250 г. Срезать корку с 4 кусков хлеба для тостов с отрубями, затем подсушить хлеб в тостере и измельчить в блендере или кухонном комбайне в мелкую крошку. Не выключая мотор, всыпать 1 ст. л. «Ароматной приправы для рыбы» Кнорр, перемешать. Пересыпать пряные крошки в большую плоскую тарелку. Разогреть в большой глубокой сковородке столько растительного масла, чтобы получился слой около 1,5 см. В глубокой тарелке слегка взбить яйцо. В другую тарелку насыпать муку. Обвалять филе сначала в муке, потом в яйце и наконец в пряных крошках. Запанированные куски рыбы опустить в горячее масло и жарить до золотистой корочки, по 3 мин. с каждой стороны. Готовые куски выложить на бумажные полотенца, чтобы впиталось лишнее масло, и подать с зеленым салатом.

КСТАТИ

И мясное, и рыбное, и овощное блюдо, основное или гарнир, всегда можно украсить правильно подобранной смесью специй. Продукция Кнорр – «Ароматная приправа для курицы» с пряностями, чесноком, сушеной зеленью и овощами, «Ароматная приправа для рыбы» со вкусом лимона и душистого перца и универсальная «Ароматная приправа» из сушеной зелени, овощей и специй – сделают вкус блюда более ярким и насыщенным.

Цыпленок со сметаной

2 порции

Цыпленка весом 500–600 г разрезать вдоль со стороны спинки так, чтобы можно было его распластать. Натереть цыпленка со всех сторон разрезанным пополам зубком чеснока и солью, оставить на 10 мин. Затем в широкой сковороде с жаропрочной ручкой разогреть 2 ст. л. сливочного масла, положить цыпленка и на сильном огне обжарить, по 3 мин. с каждой стороны. Снять с огня. Перемешать 250 г сметаны жирностью 25% с 2 ч. л. «Ароматной приправы для курицы» Кнорр, залить цыпленка и поставить в разогретую до 220 °С духовку на 20–30 мин., до образования на сметане аппетитной запеченной корочки. Готовность цыпленка можно проверить, проткнув его шпажкой в самом толстом месте, при этом должен вытекать прозрачный сок.

Рагу из свинины с тыквой

4–6 порций

Что нужно:

1 кг свиной шейки
1 кг тыквы
2 большие белые луковицы
4 зубка чеснока
средний пучок кинзы
1,5–2 ст. л. Кнорр «Ароматной приправы для мяса»
растительное масло

Что делать:

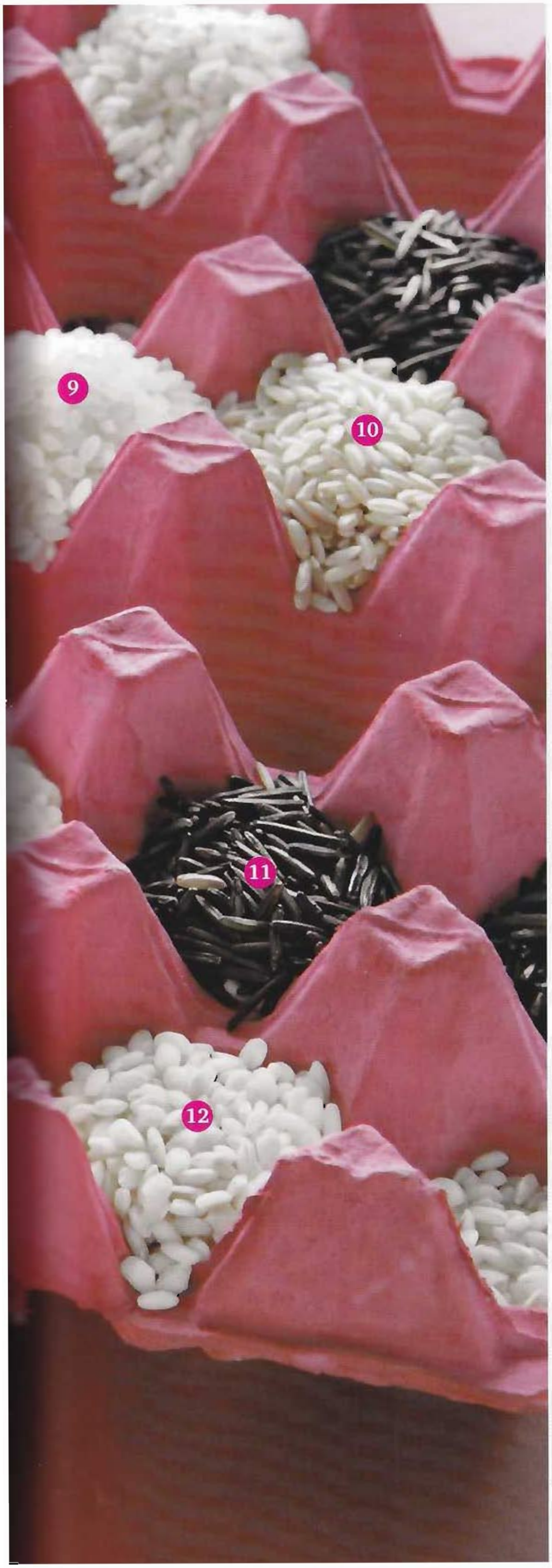
Нарезать лук тонкими полукольцами, обжарить на огне в небольшом количестве масла до золотистого цвета, 10 мин. Свинину нарезать крупными кубиками со стороной 3–4 см, также обжарить в небольшом количестве масла до золотистой корочки, 5–7 мин. Тыкву очистить от кожуры и сердцевины, нарезать такими же кубиками, как свинину. Положить тыкву, подготовленную свинину и лук в глубокую форму для запекания. Чеснок измельчить. Довести до кипения 2 стакана воды, всыпать измельченный чеснок и «Ароматную приправу для мяса» Кнорр, размешать и сразу же влить в форму с мясом и овощами. Форму закрыть фольгой или крышкой, но не плотно – чтобы выходил пар. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 1,5 ч. Время от времени перемешивать, при необходимости подливая воду. Подать горячим, посыпав листьями кинзы.

КСТАТИ

Чтобы соблюсти баланс ароматов и вкусов, лучше доверить подбор приправ специалистам, годами работающим над сочетанием специй. «Ароматная приправа для мяса» Кнорр с паприкой, томатом и чесноком сделает вкус мяса, в том числе свинины в этом рецепте, более насыщенным.

Посчитаем рис

На свете существует около семи тысяч сортов риса, из которых обычно мы пользуемся двумя-тремя. Давайте расширять горизонты! Вот какие виды риса – помимо привычных – мы обнаружили на московских прилавках



1. Азиатский клейкий. Он же сладкий рис, восковой, жемчужный или мóчи. Это круглозерный рис, который после приготовления делается липким. Его варят на пару, готовят из него десерты. А в Лаосе и Северном Таиланде только такой рис и едят.

2. Черный тайский. Клейкий нешлифованный рис, внутри зерно белое. Благодаря плотной оболочке при варке не разваривается, что придает вкусу особую изысканность. Тайцы готовят из него десерты.

3. Красный. Нешлифованный рис, полезный. Оболочка может быть от светлой до пурпурной. Варится дольше шлифованного, имеет сильный, приятный аромат. Может использоваться в супах, салатах и пловах. Даже после шлифования на нем остаются темные крапинки.

4. Жасмин. Растет этот рис в Таиланде и Камбодже, во Вьетнаме и в южных штатах США. Но называют его тайским жасминовым рисом. Полупрозрачные длинные зерна при варке становятся мягкими, ломкими, ароматными. Его варят на пару и подают к тайским блюдам.

5. Карнароли. Среднезерный итальянский рис для ризотто. По сравнению с другими сортами для ризотто – виалоне нано и арборио – содержит больше крахмала, и ризотто получается «сливочным». Никогда не мойте рис для ризотто: смоете самое главное – крахмал.

6. Смесь разных сортов риса. Обычно смешивают басмати и дикий рис (дикий пропаривают, чтобы оба вида готовились одновременно). Иногда к ним прибавляют красный рис. Такую смесь нужно варить и подавать как самостоятельное блюдо – она очень эффектна на столе.

7. Басмати. В переводе с хинди – «ароматный». Это длиннозерный рис категории индика (соотношение длины к ширине – 3(4):1). Лучший басмати выращивают в предгорьях Гималаев. При варке сильно удлиняется и не ломается. Идеален для пулао, пилафов и пловов

8. Девзира. Среднеазиатский среднезерный рис розовато-кирпичного оттенка, может быть и светло-бежевым. Из него варят самые вкусные пловы в Средней Азии. Требует тщательного промывания, после которого теряет часть цвета, но белым не становится.

9. Калроуз. Этот короткозерный рис вывели в Калифорнии в начале 1970-х годов. При варке он становится ароматным и мягким, а зерна хорошо склеиваются Идеальный рис для суши.

10. Камаргский. Этот полудикий красный рис с сильным ароматом и ореховым вкусом привозят с юга Франции. Его можно варить в подсоленной воде и подавать с оливковым маслом к овощам или мясу.

11. Дикий рис. Это семена водной травы. Тонкие черные зернышки, похожие на рис, длиной 3 см. При варке раскрываются. В основном дикий рис собирается вручную и стоит дорого.

12. Виалоне нано. Среднезерный итальянский рис для первых блюд. Впитывает больше жидкости, чем арборио, ризотто из него получается чуть суховатым – для любителей риса с твердой сердцевинкой.

Спонсор рубрики: Мистраль

Вождь синекожих

Как долго мы их ждем! Чтобы были они не безвкусные импортные, а молодые, плотные, нежные и обязательно из наших теплых краев. В баклажане есть что-то нам близкое: овощ этот основательный, с непростым, но очень отзывчивым характером

Семейство баклажанов многонационально: американские и китайские, японские и индийские, русские и средиземноморские. И хотя у нас на югах баклажан принято называть просто «синеньким», встречаются экземпляры зеленые, белые, сиреневые и даже в полоску.

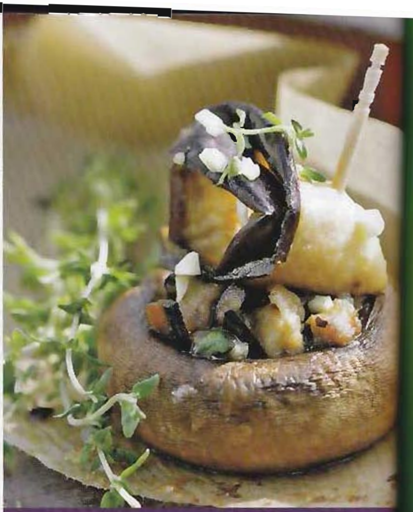
Если вы видите гигантский темно-фиолетовый баклажан с плотной кожицей, знайте: перед вами американец. Мякоть американского баклажана часто сухая и грубоватая, горчит, да и семян в нем много. Зато этот сорт лучше всего хранится и отлично подходит для консервирования. Чуть поменьше размером баклажаны итальянские и голландские, но вкусовые свойства у них почти такие же, как и у американского. Кожицу у всех этих баклажанов рекомендуется снимать, а сами баклажаны вымачивать в подсоленной воде – чтобы избавиться от лишней горечи.

Азиатские баклажаны ценятся в кулинарии намного выше, потому как имеют нежную, не горькую, а даже немного сладковатую мякоть. Скажем, японские – тонкие и длинные, расцветки могут быть самой различной – от белой и розовой до синей и полосатой, при этом они имеют свойство при приготовлении впитывать в себя ароматы специй. Китайские баклажаны больше похожи на огурцы, только, как правило, они белого или лавандового цвета, а на вкус – сладкие. Тайские баклажаны – вообще нечто среднее между цукини, огурцом и тыквой, с первого взгляда и не распознаешь. Увы, все азиатские баклажаны очень чувствительны и к холоду, и к влажности, а потому совершенно не хранятся. При выборе этих овощей следует обратить внимание на кожицу: она должна быть без пятен и морщин, тугой и гладкой. Если баклажан слишком легкий для своих размеров – значит, он, скорее всего, перезрел.

Простые радости

Честно говоря, и с привычными нам баклажанами скучать не придется, ведь какие вкусные из них рулетики получаются, а нужно-то всего ничего: нарезать баклажан вдоль полосками толщиной 0,5–1 см, обжарить на растительном масле до мягкости и золотистого цвета и завернуть в них начинку, обязательно с грецкими орехами, свежей зеленью и чесноком. Кстати, основой для нее может быть что угодно: творог, брынза, майонез, йогурт. Французские кулинары считают самой удачной парой для баклажана нежный творожный сыр, лучше козий. Так, если вам вздумалось сотворить что-нибудь оригинальное и на скорую руку, то можете в тот самый рулетик завернуть по чайной ложке мягкого козьего сыра и жидкого меда, а сверху присыпать тертым пармезаном.

У итальянцев баклажан тоже в почете. И в соус для пасты отлично идет (протушить его, нарезав небольшими кусочками, с отборными томатами, большим количеством базилика и чесноком), и для ризотто (можно просто обжарить на оливковом масле с кедровыми орешками), и даже для простого итальянского завтрака: взять горбушку свежего хлеба, смазать чесноком, затем обжарить на оливковом масле полоску баклажана и положить ее на хлеб, а сверху прикрыть ломтиком ветчины прошутто – вот и вся хитрость.



Шампиньоны, фаршированные баклажанами

4 порции

Что нужно:

- 4 маленьких баклажана
- 8 крупных шампиньонов
- 1 большая луковица
- 4 веточки тимьяна
- 2 зубка чеснока
- 50 г сливочного масла
- соль, свежемолотый черный перец
- растительное масло
- мука

Что делать:

У шампиньонов удалить ножки, мелко нарезать. Шляпки посолить изнутри, положить в каждую кусочек масла и запечь в разогретой до 200 °С духовке до мягкости, 20 мин. Баклажаны нарезать ломтиками толщиной 0,5 см. Обвалять в муке с солью, обжарить с двух сторон на растительном масле до золотистого цвета. Обсушить на бумажных полотенцах. Отложить 8 ломтиков, оставшиеся мелко нарезать. Лук измельчить, обжарить в растительном масле до прозрачности, 5 мин., добавить ножки грибов, увеличить огонь и обжаривать 10 мин. Чеснок и тимьян порубить вместе. Смешать измельченные баклажаны, грибы с луком и половину чеснока с тимьяном, посолить. Готовые шляпки начинить баклажанно-грибной массой. Сверху уложить ломтики баклажанов и посыпать оставшимся чесноком с тимьяном.

Фрикадельки с баклажанами

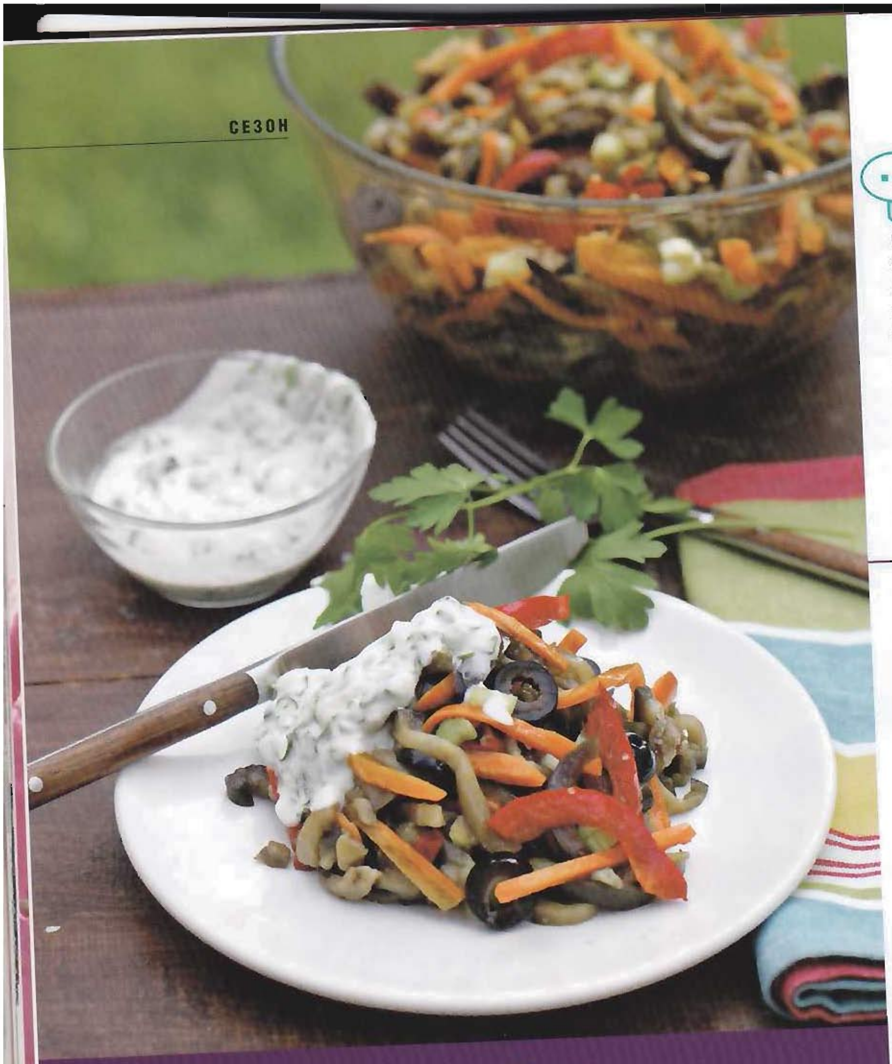
4 порции

Что нужно:

2 крупных баклажана
300 г говяжьего фарша
1 яйцо
3 ст. л. меда
6 ст. л. темного соевого соуса
2 см свежего корня имбиря
молотый кориандр на кончике ножа
соль, свежемолотый черный перец
2/3 стакана сырых кунжутных семян
растительное масло

Что делать:

Баклажаны разрезать пополам, смазать маслом, выложить на противень разрезом вверх и запечь в разогретой до 200 °С духовке до золотистой корочки, примерно 20 мин. Остудить, вынуть мякоть и размять ее вилкой. Смешать в большой миске баклажаны, фарш, яйцо, кориандр, соль и перец. Мокрыми руками слепить фрикадельки величиной с грецкий орех, обвалять в кунжуте. Разогреть на сковороде масло, обжарить фрикадельки с двух сторон, затем уменьшить огонь, накрыть сковороду крышкой и жарить до готовности, примерно 15 мин. Для соуса имбирь натереть на мелкой терке, смешать с соевым соусом и медом, прогреть до полного растворения меда. Подать соус к фрикаделькам.



Теплый салат из баклажанов с морковью

4–6 порций

Что нужно:

3 крупных баклажана
2 средние морковки
2 сладких красных перца
3 черешка сельдерея
горсть маслин без косточки
2–3 зубка чеснока
маленький пучок петрушки
1 стаканчик (125 г) густого натурального йогурта
оливковое масло «экстра вирджин»
соль, свежемолотый черный перец

Что делать:

Баклажаны нарезать соломкой, посолить и положить в дуршлаг. Оставить на 30 мин. Промыть, отжать и обсушить на бумажном полотенце. Морковь и перец нарезать соломкой, сельдерей – небольшими ломтиками, маслины – кружками. Разогреть в сковороде на среднем огне немного масла и обжарить последовательно баклажаны – 7–8 мин., морковь и перец – 5 мин. Баклажаны должны подрумяниться и стать мягкими, а перец и морковь остаться хрустящими. Для заправки чеснок и петрушку измельчить, соединить с йогуртом, приправить солью и черным перцем. Смешать в большой миске баклажаны, морковь, сладкий перец, маслины, сельдерей. Заправить и подавать.

МНЕНИЕ ТЕСТ-ГРУППЫ

Мария Куприянова

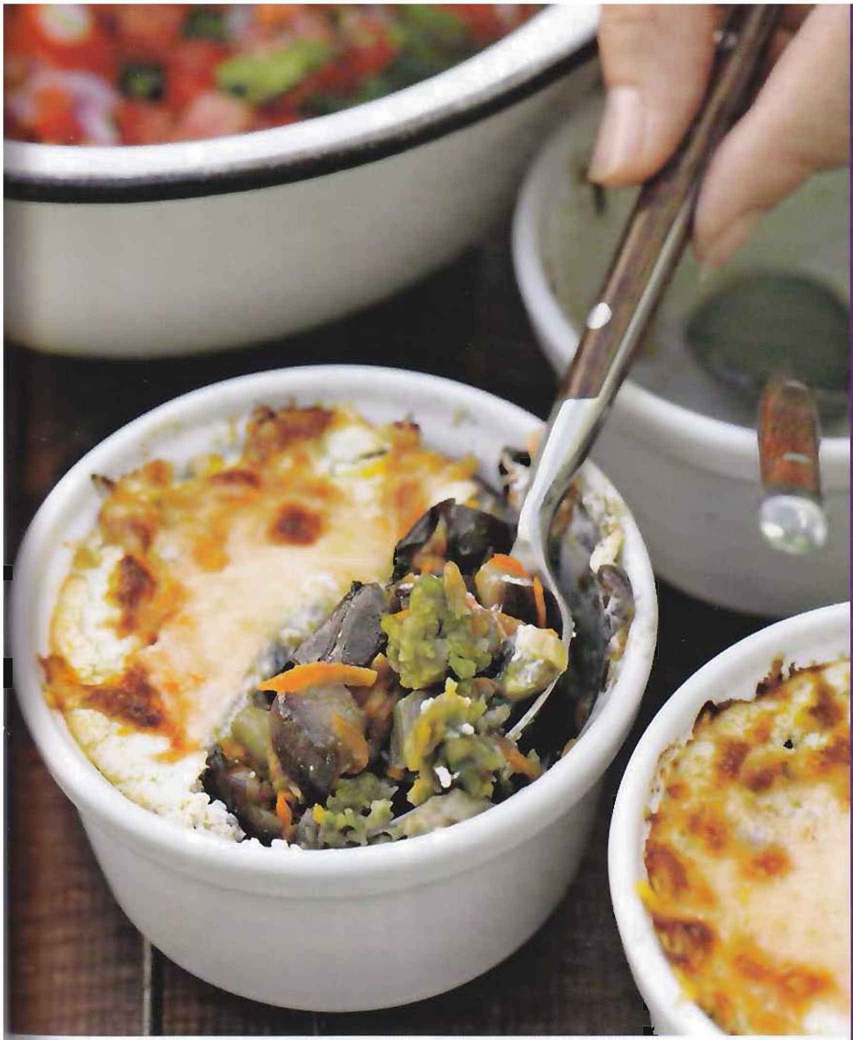
После того как баклажаны отдали лишний сок, я обсушила их бумажным полотенцем и слегка присыпала пшеничной мукой. Благодаря этому при жарке (10 минут) вкус их усилился и они приобрели красивый золотистый цвет. Мне кажется, что черешок сельдерея лучше заменить на корень. Его нужно порезать соломкой и обжарить вместе с остальными овощами, 8 минут. Рекомендую в заправку добавить немного рубленой кинзы. Подавать это блюдо можно на листьях зеленого салата.

Икра заморская

Не знаем, откуда именно была привезена икра для Ивана Васильевича из всем известного фильма, можем лишь сказать, что многие страны оспаривают право считать свой рецепт лучшим. Одесситы, например, уверены, что каждый уважающий себя житель «лучшего города на земле» с закрытыми глазами приготовит баклажанную икру так, что после нее никакой другой и есть не захочется. При этом одни считают, что баклажаны надо запекать в духовке, наколов в нескольких местах, другие – что их стоит обжаривать. Кто-то полагает, что баклажаны и томаты необходимо отжимать от излишней влаги, а кто-то – что именно в ней вся суть. Поэтому, боясь разгневать читающих эту статью одесситов, скажем так: баклажаны, томаты, лук, соль, черный перец – обязательные компоненты баклажанной икры, а сладкий перец, морковь, чеснок, растительное масло, уксус – вариативные.

В Греции в баклажанной икре лука больше, чем самих баклажанов, и лук берут непременно обжаренный. В Болгарии эта икра вообще не столько баклажанная, сколько овощная – и морковь туда идет, и фасоль, и перец. В Армении в икру добавляют зелень, а во Франции – авокадо.

Кстати, известное восточное блюдо бабагануш – тоже вариация на тему баклажанной икры. Баклажаны пекут на углях, пока они не лопнут, затем ложкой извлекают мякоть и перетирают ее в каменной ступе вместе с солью и чесноком, после чего добавляют тахину, оливковое масло, лимонный сок и петрушку или мяту. Такую закуску можно найти в любой таверне в Израиле, Лива-



не, Египте, Турции. Подают ее чаще всего вместе с горячей питой.

Страна Баклажания

Если задуматься, в кухне каждого народа, неравнодушного к вкусной еде, найдется хотя бы одно блюдо, в котором баклажан будет обязательным ингредиентом: во Франции – рататуй, в Италии – баклажаны по-пармски, в Индии – баклажанный чатни, в Греции – мусака... Как мне кажется, дело здесь в том, что баклажаны отлично сочетаются с самыми разными продуктами – сырами, зеленью, овощами, орехами, мясом.

В разгар сезона мы можем позволить себе любые прихоти. Захотелось вдруг чего-нибудь французского – пожалуйста: разрежьте «синенький» на кубики и обжарьте на сильном огне с измельченным луком и чесноком, добавьте горсть базилика, вяленых томатов, грамм 150 анчоусов, перемешайте и тушите еще пару минут, а перед подачей на стол посыпьте тертым сыром и горстью каперсов.

Если есть желание перенестись в солнечную Италию, обжарьте кружки баклажана на оливковом масле до золотистого цвета, выложите в форму, залейте густым томатным соком, смешанным с измельченными чесноком, базиликом и орегано, сверху выложите толстым слоем моццареллу – и в духовку или на гриль, минут на десять, чтоб только сыр расплавился – вот настоящие баклажаны по-пармски.

Баклажан идеально вписался практически во все кухни мира. И в России он прижился замечательно.

Анна Каминская

Запеченные баклажаны с томатной сальсой

4 порции

Что нужно:

2 крупных баклажана
200 г замороженного зеленого горошка
1 средняя морковка
1 средняя луковица
1 зубчик чеснока
250 г мягкого козьего сыра
100 г соленых крекеров
горсть листьев мяты
оливковое масло «экстра вирджин»
соль, свежемолотый черный перец

Для сальсы:

2 больших спелых помидора
1 зеленый острый перец
1 средняя красная луковица
1–2 зубчика чеснока
средний пучок кинзы
сок половины лимона
соль

Что делать:

Крекеры измельчить в крошку. Лук нарезать кубиками, обжарить в масле, 10 мин. Горошек сварить до мягкости, 3 мин., смолоть блендером в пюре, посолить, поперчить, смешать с луком и крекерами. Баклажаны нарезать кубиками, посолить и дать постоять 30 мин. Промыть, обсушить и обжарить в масле до мягкости, 5–7 мин. Морковь натереть на терке и обжарить в масле до мягкости, 5–7 мин. Чеснок и мяту измельчить, смешать с баклажанами и морковью. Растереть сыр вилкой до однородности, приправить солью и перцем. Жаропрочные формочки диаметром 7–8 см смазать маслом, выложить в каждую слой горошка, затем баклажаны с морковью и сырную массу, разравнивая слои. Посыпать пармезаном и поставить формочки под разогретый гриль, запекать до румяной корочки. Для сальсы измельчить все ингредиенты, смешать с лимонным соком и солью. Подать горячие баклажаны с холодной сальсой.

Дороже денег

В Москве на Новом Арбате открылся удивительный магазин – хлебный бутик Bakanov Selected. Продают здесь и мед, джем, чай, оливковое масло, шоколад, пирожные и многое другое

Продуктов не много, но за каждым из них – несколько лет кропотливой работы: изучение всех тонкостей традиций и рецептов, встречи, поездки, пробы, переговоры. Владелец необычного магазина – Владимир Баканов, кандидат наук, специалист по космической технике. Вот уже семнадцать лет он путешествует по миру в поисках гениальных ремесленников – булочников, маслоделов, кондитеров. И просит их приготовить что-нибудь специально для него.

В результате мы можем попробовать лучший французский багет (лучший из всех французских!), лучшую итальянскую чиабатту (лучшую в Италии!) и шоколад, которому нет равных. Причем багет сделает булочник французский, а чиабатту – итальянский. Да так, как делали и сто, и двести лет назад.

Баканов убежден, что нет ни одного мастера, который бы все делал идеально. У каждого – своя специализация. Нет булочника, который может испечь хороший ржаной хлеб и хорошую чиабатту. «Все эти кексы и тортики у нас от семи или восьми поставщиков, потому что у кого-то лучше получается суфле, у кого-то – шарлотка, у кого-то – шоколадный мусс. Поэтому мы занимаемся селекционной работой: берем только лучшее и привозим сюда». Только что Владимир вернулся из Израиля, где выбрал оригинальную субботнюю халу и ближневосточную питу. Через некоторое время они появятся у нас. На поиски, дегустации и переговоры ушло почти два года. Неудивительно, что с каждым поставщиком он знаком лично и по многу лет.

Весь представленный в бутике хлеб сделан вручную без каких-либо консервантов, улучшителей, разрыхлителей – только мука, вода и натуральные дрожжи. Он частично выпечен и заморожен в маленьких пекарнях в разных частях Европы. Это скандинавская технология: традиционно зимой там хлеб выпекали не до конца, потом замораживали, а в нужный момент просто «допекали». Так делают и у Баканова.

Специальная тема в Bakanov Selected – это шоколадные конфеты с бразильским лаймом и нежной карамелью, с ароматом вербены, с зеленым базиликом от знаменитого французского мастера-шоколатье Патрика Роже. Они выставлены на витрине под стеклом, словно дорогая ювелирная коллекция, и хранятся при постоянной температуре +18 °С. Такое щадящее охлаждение позволяет при попадании шоколада в обычные комнатные условия избежать появления конденсата, а затем и портящего вкус и внешний вид конфеты серого налета. Коробочка с шоколадными драгоценностями обойдется от 50 до 145 евро. Впрочем, по сравнению с бриллиантами это совсем не много.

Лилия Хафизова

Calvé

когда вкусно по-настоящему!

Когда Вы готовите для близких и друзей, важно, какой майонез Вы выбираете, ведь от этого зависит вкус еды. Майонез **Calve Оливковый** содержит оливковое масло первого отжима. Он обладает идеальной консистенцией и прекрасно подчеркнёт вкус Ваших любимых блюд!

Предлагаем Вашему вниманию оригинальные рецепты от шеф-повара компании «Юнилевер Русь». А **Calve Оливковый** поможет Вам в приготовлении этих блюд и сделает их незабываемыми!

Приятного аппетита!

Рецепты от шеф-повара
компании «Юнилевер Русь»
Константина Оганезова.
Специально для торговой марки Calve.

Ракушки фаршированные грибами, шпинатом и сыром

Сварить ракушки в большом количестве подсоленного кипятка.

На разогретой сковороде обжарить мелко нарезанные грибы со шпинатом и мускатным орехом. Как только испарится вся жидкость, смешать с майонезом **Calve Оливковый** и сыром.

Ракушки нафаршировать этой смесью и запекать в духовом шкафу до образования румяной корочки.

Свежие салатные листья выложить на блюдо и на них уложить фаршированные ракушки.

Ингредиенты (на 4 порции):

- Конкильони – Conchiglioni (паста в виде больших ракушек) – 1 уп.
- Грибы (любые) – 200 г
- Шпинат – 1 уп.
- Сыр тертый – 100 г
- Салатные листья – 100 г
- Мускатный орех – 0.5 ч.л.
- Соль, перец – по вкусу
- Майонез Calve Оливковый – 100 г

Сицилийский салат с кальмарами

Макароны в виде бабочек и ракушек отварить до готовности.

Овощи порезать на пропорциональные кубики и смешать с майонезом **Calve Оливковый**. Добавить в овощи макароны и перемешать.

Кальмары поперчить и посолить, потом два раза опустить в сбитое яйцо с сухарями. Панированные кальмары обжарить на растительном масле до готовности. Выложить готовых кальмаров на тарелку и добавить смесь из овощей с макаронами. Перемешать.

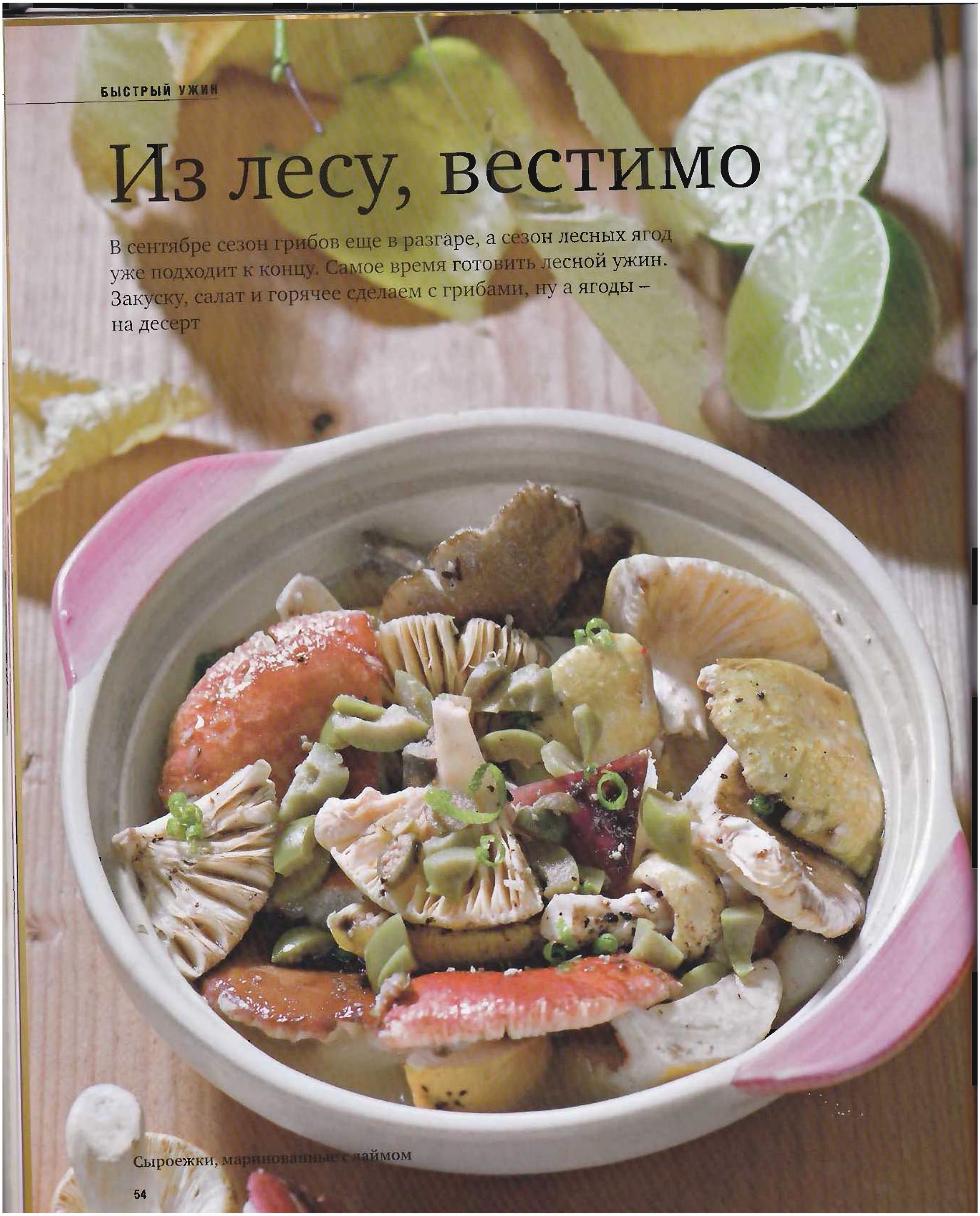
Перед подачей сбрызнуть лимоном.

Ингредиенты (на 4 порции):

- Болгарский перец всех цветов – по 50 г
- Огурцы – 50 г
- Томаты – 50 г
- Оливки – 20 г
- Кальмары – 200 г
- Морковь – 30 г
- Сухари панировочные – 100 г
- Макароны – 100 г
- Яйца куриные – 2 шт.
- Лимон – 1 шт.
- Майонез Calve Оливковый – 100 г

Из лесу, вестимо

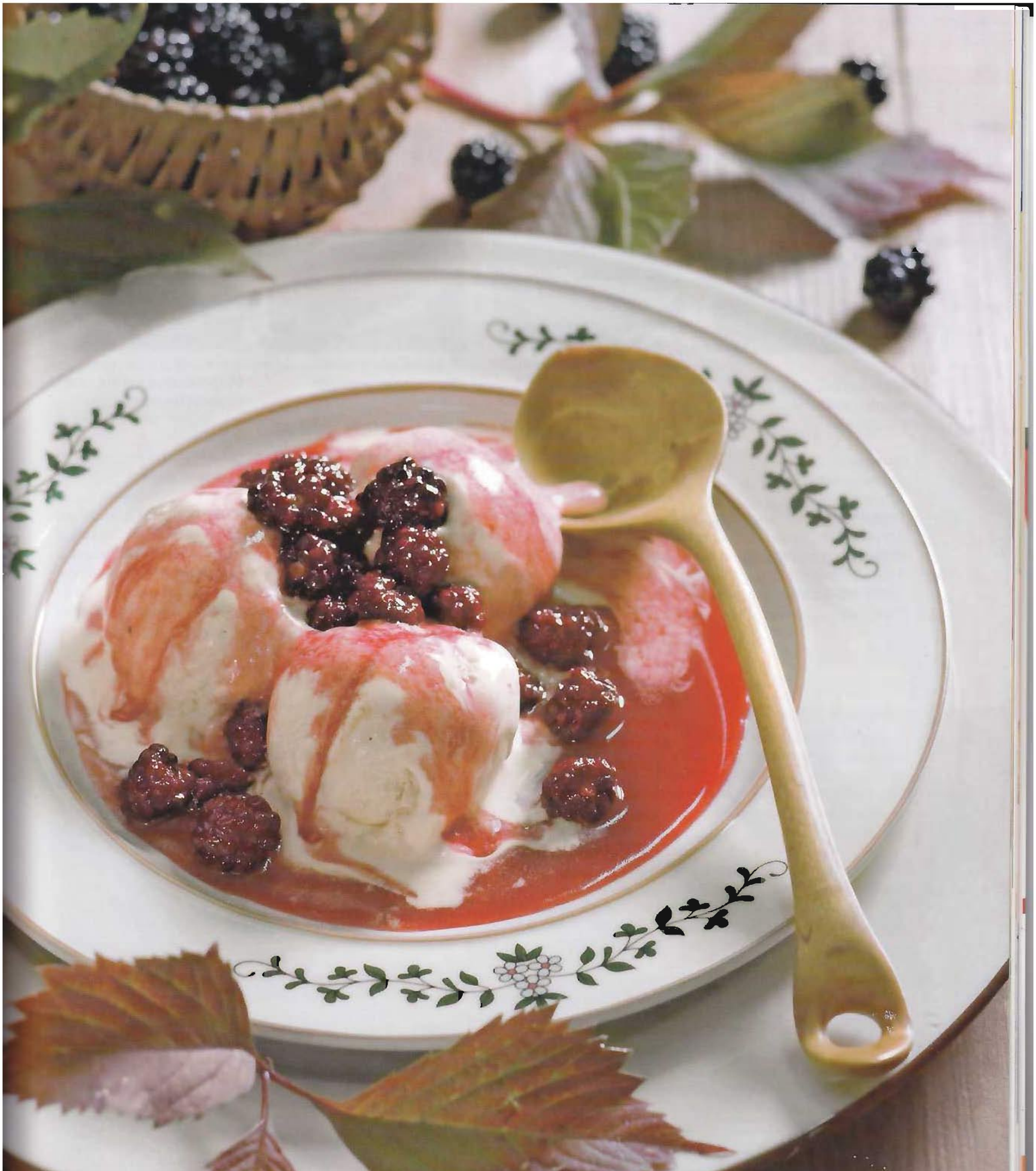
В сентябре сезон грибов еще в разгаре, а сезон лесных ягод уже подходит к концу. Самое время готовить лесной ужин. Закуску, салат и горячее сделаем с грибами, ну а ягоды – на десерт



Сыроежки, маринованные с лаймом

Салат с печеным картофелем и беконом

Паста с лисичками


Мороженое с горячим соусом из ежевики

Сыроежки, маринованные с лаймом

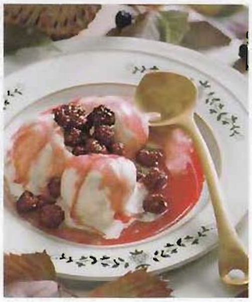
Что нужно:
- 1 кг сыроежек
- 1 лайм
- 1 ч. л. каперсов
- 2 ст. л. оливок, фаршированных лимоном
- 3 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
- 1 ч. л. соли

Салат с печеным картофелем и беконом

Что нужно:
- 400 г (2 пакета) салата-микс по вкусу
- 4 крупные картофелины
- 100 г тонких ломтиков бекона
- 0,5 ч. л. сушеного гранулированного чеснока
- сок половины лимона
- 1 сушеный белый гриб
- 5 веточек укропа
- 1 ст. л. оливкового масла
- 1 ст. л. растительного масла
- соль, черный перец

Паста с лисичками

Что нужно:
- 1 кг лисичек
- 300 г сухой пасты тальятелле
- 250 мл сливок жирностью не менее 30%
- 3 зубка чеснока
- 50 г сливочного масла
- 0,5 ч. л. сушеного тимьяна
- оливковое масло «экстра вирджин»
- соль



Мороженое с горячим соусом из ежевики

Что нужно:
- 400 г сливочного мороженого
- 2 стакана ежевики
- 25 г сливочного масла
- 40 мл портвейна
- 1 ст. л. сахара
- сок половины лимона

За 60–55 мин. до начала ужина

Для салата с печеным картофелем картофель вымыть щеткой, залить кипящей водой и сварить в мундире до готовности, примерно 25 мин. Затем вынуть из отвара, немного остудить.

За 55–45 мин. до начала ужина

Для сыроежек, маринованных с лаймом, сыроежки почистить, крупно нарезать ломтиками, сложить в миску. С лайма срезать 3 полоски цедры, измельчить, добавить к грибам вместе с соком из лайма, оливковым маслом и солью. Каперсы и оливки порубить, добавить к грибам, перемешать. Поставить миску с сыроежками в холодильник.

За 45–30 мин. до начала ужина

Для пасты с лисичками поставить на огонь кастрюлю с 3 л воды, добавить 1 ч. л. соли. Лисички перебрать и почистить. Чеснок измельчить. В закипевшую воду положить пасту. На средний огонь поставить сотейник, положить сливочное масло, чеснок и лисички, всыпать тимьян и щепотку соли, перемешать. Через 5 мин. влить сливки. Дать закипеть и снять с огня. Готовую пасту откинуть на дуршлаг, вернуть в кастрюлю и накрыть крышкой.

За 30–25 мин. до начала ужина

Для ежевичного соуса к мороженому ежевику уложить в миску, посыпать сахаром, перемешать и оставить при комнатной температуре до тех пор, пока не понадобится.

За 25–10 мин. до начала ужина

Для салата готовый картофель очистить, нарезать крупными дольками, уложить в миску. Сушеный гриб, сушеный чеснок и щепотку соли размолоть в кофемолке. Посыпать этой смесью картофель, перемешать его и уложить на противень, поверх поместить ломтики бекона. Поставить в разогретую до 150 °С духовку. Измельчить укроп и поместить его в холодильник до тех пор, пока не понадобится. Для заправки взбить оливковое масло с лимонным соком, приправить солью.

За 10 мин. до начала ужина

Для ежевичного соуса поставить на огонь сотейник, добавить масло, ежевику вместе с выделившимся соком и портвейн. Подать к столу сыроежки, маринованные с лаймом. Салатные листья полить заправкой, перемешать и разложить по тарелкам. Достать картофель и бекон из духовки, разложить поверх салатных листьев. Посыпать укропом, приправить черным перцем и солью.

Во время ужина

Для соуса к мороженому в кипящую ежевичную смесь выжать лимонный сок, еще раз довести до кипения, снять с огня и накрыть. Для пасты грибной соус поставить на средний огонь, прогреть 2–3 мин. и вылить в кастрюлю с пастой; накрыть. После того как будет съеден салат, пасту разложить по глубоким тарелкам, сбрызнуть оливковым маслом и подать. На десерт разложить мороженое по тарелкам, полить ежевичным соусом и подать.

Из Италии с любовью...

Вернувшись из Италии, можно бесконечно долго рассказывать об этой неповторимой стране с богатым историческим и культурным прошлым, восторгаться потрясающим климатом и красивым певучим языком... Но при этом мысли Ваши будут вновь и вновь возвращаться к удивительной кухне: ведь какое бы блюдо Вы ни пробовали, оно непременно оказывалось потрясающе вкусным и, что интересно, несложным в приготовлении.

Говорят, для итальянца женщины — на третьем месте, на втором — футбол, а на первом — кухня! Итальянцы постоянно обсуждают, что и где они ели, в мельчайших подробностях описывая друг другу достоинства всех блюд. Небольшие семейные ресторанчики (траттории) очень распространены, ведь они являются любимыми местами встреч, отдыха и общения не только туристов, но и самих жителей Апеннинского полуострова.

Потрясающее разнообразие итальянской кухни не оставит равнодушными даже гурманов со стажем. Возможно, секрет не только в исключительно свежих овощах, например, помидорах, созревших под мягким средиземноморским солнцем, но и в том, что итальянцы любят добавлять в блюда базилик, тимьян и другие специи.

Важно знать: В помидорах содержится ликопин – антиоксидант, который оказывает положительное влияние на организм.

Вы можете получить не меньше позитивных впечатлений, устроив «итальянский» ужин на собственной кухне, просто добавив к любимым блюдам кетчупы Calve, которые сделаны из созревших на солнце помидоров! Например, кетчуп Calve «Неаполитанский» придаст блюдам приятный аромат и легкую остроту. Идеальное сочетание отборных ингредиентов и натуральных специй создает неповторимый вкус кетчупа Calve, который подходит для самых разнообразных блюд. Новая технология производства позволяет обойтись без консервантов, поэтому кетчупы Calve подойдут и тем, кто тщательно относится к выбору продуктов на своем столе. И помните главный принцип каждого итальянца: еда должна доставлять исключительно удовольствие!

Рецепт от Calve: Лазанья с грибами

Необходимые продукты:

- Пластинки лазаньи – 350 г
- Грибы свежие – 600 г
- Помидоры – 750 г
- Сыр тертый – 350 г
- Морковь – 2 шт.
- Лук репчатый – 1 шт.
- Чеснок – 1 зубчик
- Масло растительное – 5 ст. ложек
- Кинза мелкорубленая – 1 ч. ложка
- Кетчуп Calve Неаполитанский – 3–4 ч. ложки
- Соль – по вкусу
- Зелень

Способ приготовления:

Очищенную морковь и 2/3 сыра нарежьте мелкими кубиками, грибы — тонкими ломтиками, порубите лук и чеснок. Оставшийся сыр натрите на терке. Нагрейте масло, обжарьте при помешивании лук, чеснок и морковь, добавьте грибы и жарьте еще 5 минут. Положите туда же помидоры, кинзу, 1 чайную ложку кетчупа Calve, соль и тушите 10 минут. Пластинки лазаньи отварите в большом количестве подсоленной воды в течение 10 минут, не допуская разваривания. Уложите их в смазанную маслом форму, а сверху слоями – овощи с грибами и тертый сыр. Закройте листами лазаньи, смажьте кетчупом Calve, посыпьте сыром и запекайте в духовке 30 минут при 180° С. При подаче на стол оформите зеленью.

реклама

Заправлять миром

Утро, звенит будильник, и, на ходу собираясь в школу, наши дети выбегают к завтраку. Одни едят мало и осилить тарелку каши просто не в состоянии, другие подходят к делу основательно, и им необходимо как следует подзаправиться. В этих рецептах мы предусмотрели оба варианта

Горячий бутерброд с рикоттой и грушей

2 порции

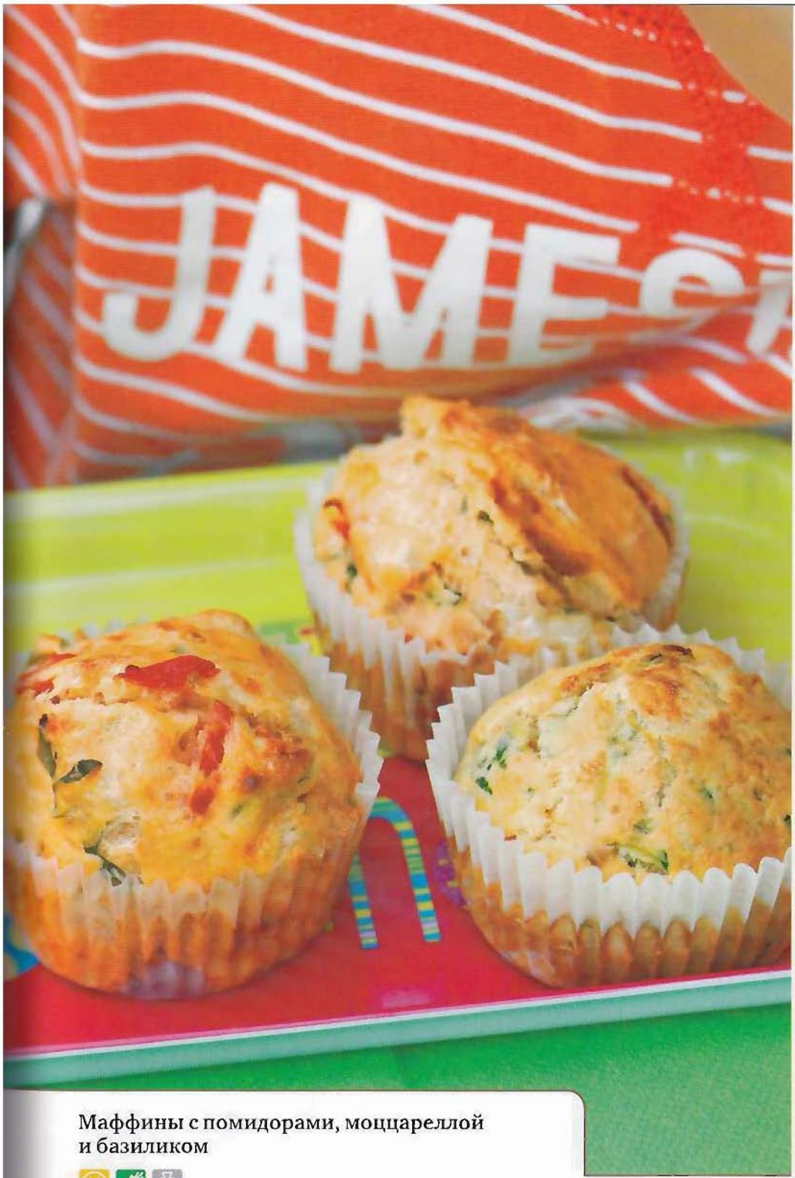
Что нужно:

- 2 булочки или 4 ломтя хлеба
- 100 г рикотты
- 1 средняя спелая груша
- 2 ч. л. меда
- немного светлого изюма

Что делать:

Разрезать булочки вдоль на 2 части. Грушу очистить от сердцевины, мякоть нарезать тонкими дольками.

На каждый кусок хлеба или половинку булочки положить немного рикотты, а сверху дольки груши. Поставить бутерброды в духовку или под хорошо разогретый гриль. Запекать до золотистой корочки, 5–10 мин. Горячие бутерброды полить медом, посыпать изюмом.



Маффины с помидорами, моццареллой и базиликом

12 штук

Что нужно:

- 170 г муки
- 3/4 стакана молока
- 1 яйцо
- 30 г сливочного масла
- 1 помидор
- 1 шарик обычной моццареллы или 2 бокончини
- 2–3 веточки зеленого базилика
- 1,5 ч. л. разрыхлителя

Что делать:

Выложить форму для маффинов бумажными формочками. Мелко нарезать помидор, моццареллу и базилик. Растопить сливочное масло. Муку с разрыхлителем просеять горкой в миску, в центре сделать углубление. Взбить молоко и яйцо, влить в углубление. Добавить помидор, моццареллу, базилик и растопленное масло. Аккуратно перемешивать деревянной ложкой только до тех пор, пока ингредиенты не соединятся. Выложить смесь в формочки, заполняя их на 2/3. Выпекать маффины в разогретой до 200 °С духовке примерно 20 мин. Дать постоять 5 мин., затем выложить из формочек на решетку и остудить.

Фритатта с зеленым горошком и цукини

2 порции

Что нужно:

- 4 яйца
- 1 небольшой цукини
- 100 г зеленого горошка
- 1 стебель лука-порея (белая часть)
- 1 зубок чеснока
- 2 ст. л. тертого пармезана
- 4 ст. л. тертого швейцарского сыра
- 2 ст. л. оливкового масла

Что делать:

Нарезать цукини тонкими ломтиками. Порей разрезать вдоль, промыть, нашинковать. Чеснок измельчить. Нагреть 1 ст. л. масла в маленькой сковороде. Положить порей, готовить на слабом огне до мягкости. Добавить цукини, зеленый горошек и чеснок, готовить 10 мин. Переложить овощи в миску, остудить. Слегка взбить яйца с сыром, добавить в овощи и перемешать. Разогреть оставшееся масло в сковороде, выложить яично-овощную смесь и жарить на слабом огне до готовности, примерно 15 мин. Поставить сковороду в разогретую духовку или под гриль, готовить до образования золотистой корочки. Вынуть, оставить на 5 мин., разрезать на порции и подать к столу.

Будь здоров!

Натуральный йогурт полезен для здоровья. Кроме того, это единственный молочный продукт, который могут употреблять люди с аллергией на лактозу. Ну и, в конце концов, йогурт – это очень вкусно, и с ним можно готовить невероятные десерты

Быстрое клубничное суфле с йогуртом

2 порции

Что нужно:

1 баночка йогурта «Даниссимо Фантазия» с клубникой
2 яйца
1 ч. л. муки
0,5 ч. л. крахмала
3 ст. л. сахара
щепотка кристаллической лимонной кислоты
сливочное масло для смазывания форм
сахарная пудра

Что делать:

Отделить белки от желтков. Желтки перелить в большую миску, добавить просеянную муку, крахмал и щепотку сахара. Растереть венчиком до однородности. Добавить йогурт (без клубники) и еще раз растереть до однородности. Формочки для суфле смазать растопленным сливочным маслом, поставить в морозильник. Белки взбить с лимонной кислотой венчиком или миксером до образования крепких пиков. Продолжить взбивание, добавляя по 1 ч. л. оставшийся сахар. Отделить треть белковой массы и добавить ее к желтковой массе. Аккуратно перемешать. Положить в оставшуюся белковую массу клубнику, быстро перемешать и добавить к суфле. Разложить суфле по охлажденным формам. Стукнуть дном формы об стол, поверхность суфле разгладить лопаткой. Поставить в разогретую до 190 °С духовку на 10–12 мин., пока суфле не поднимется. Подать, посыпав сахарной пудрой.

КСТАТИ

Йогурты «Даниссимо Фантазия» от «Данон» – это сочетание шоколадных хлопьев или сочных кусочков спелых ягод с нежной кисломолочной основой. Они будут не только вкусным и полезным завтраком, но и послужат прекрасной основой для «быстрых десертов». Не требующие длительной термической обработки суфле, кремы и мороженое позволят вам разнообразить меню и сохранить содержащиеся в йогуртах витамины и микроэлементы.

Десерт «Полосатый носок»

2 порции

Что нужно:

3 баночки йогурта «Даниссимо Фантазия» с шоколадными хлопьями
200 г вишни
5 ст. л. сахара

Что делать:

Отделить коробочки с шоколадными хлопьями от упаковок йогурта. Поместить йогурт, не открывая, в морозильник; туда же поставить 2 узких высоких стакана. Вишню очистить от косточек, положить в сотейник, посыпать сахаром. Поставить на средний огонь и готовить, помешивая, 2 мин. Дать остыть до комнатной температуры. Достать из морозильника стаканы и йогурт. Уложить на дно немного вишни, посыпать шоколадными хлопьями, затем положить немного йогурта. Продолжать, пока не закончатся продукты. Немедленно подать к столу, с длинными ложками.

Персиковое мороженое с йогуртом

2–4 порции

Что нужно:

2 баночки йогурта «Даниссимо Фантазия» с персиком
3 яйца + 2 яичных желтка
5 ст. л. сахара
1 ст. л. натурального ванильного сахара
100 мл сливок жирностью не менее 30%

Что делать:

Отделить белки от желтков. Все желтки вылить в жаропрочную миску, добавить сливки, ванильный сахар и йогурт (без персика). Поместить миску над кастрюлей со слабо кипящей водой так, чтобы ее дно не касалось воды. Готовить, непрерывно помешивая, пока смесь не начнет густеть. Накрыть, дать остыть до комнатной температуры. Взбить белки с сахаром, затем порциями, аккуратно перемешивая, добавить к желтковой смеси. Переложить в форму для замораживания, поставить в морозильник. Через 1 ч достать форму, добавить персик и быстро перемешать вилкой. Охлаждать еще 4 ч, перемешивая каждый час.

Сладко стелем

Хорошую пастилу сделать непросто. Самое сложное – подготовка яблочной массы. Традиционно ее двое суток попеременно вымешивали деревянной ложкой и охлаждали; считалось, что только такое долгое обогащение кислородом придает пастиле необходимую нежность. И это истинная правда

Пастила из брусники

10–12 порций

Что нужно:

1,5 кг брусники
1 сладкое среднее яблоко
50 мл жидкого натурального меда

Что делать:

Бруснику перебрать, промыть. Две трети брусники уложить в кастрюлю, плотно накрыть крышкой и поставить в духовку, разогретую до 150 °С. Готовить, пока ягоды не распарятся, около 3 ч. Не давая остыть, протереть бруснику через сито. Оставшуюся бруснику размять в ступке, переложить в двойной слой марли и с силой отжать сок. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины, пропустить через мясорубку. Мед охладить, затем взбить миксером на минимальной скорости до белизны. Перемешать брусничное пюре и сок, отдельно – яблочное пюре и мед. Затем понемногу, постоянно перемешивая, добавить яблочную смесь в брусничную. Полученную смесь влить в кастрюлю, поставить на несильный огонь. Готовить, помешивая, пока объем не уменьшится в 2 раза. Противень сбрызнуть водой, застелить пергаментом, смазать растительным маслом. Выложить полученную смесь на противень. Духовку разогреть до 60–70 °С. Поместить противень в духовку, приоткрыть дверцу, сушить 12 ч.

Совет:

Похожим образом можно приготовить пастилу из любой лесной ягоды, но лучше всего – из малины. Количество меда ни уменьшать, ни увеличивать не нужно, он здесь не столько для сладости, сколько в качестве источника глюкозы, не дающей пастиле становиться жесткой.

Грушевая пастила

12–14 порций

Что нужно:

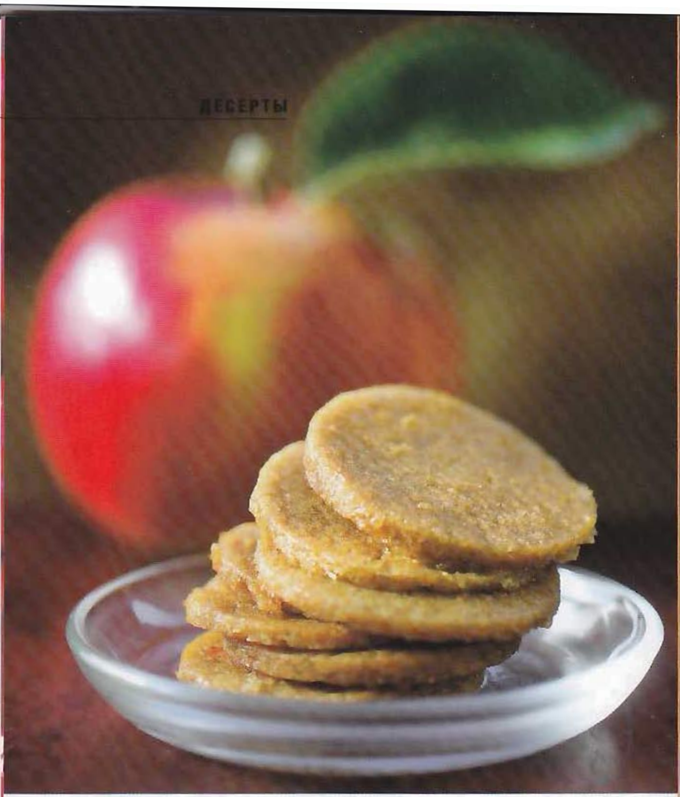
2 кг спелых, но твердых груш
1 яблоко, предпочтительно сорта антоновка
250 г сахара
по возможности – 5–6 диких груш

Что делать:

Все груши и яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кусками среднего размера и уложить в кастрюлю с жаропрочными ручками. Добавить 2–3 стакана воды. Поставить кастрюлю в духовку, разогретую до 150 °С. Готовить, время от времени перемешивая, до образования однородного пюре, около 4 ч. Достать кастрюлю из духовки, дать остыть. Протереть пюре через сито, добавить сахар. Перемешать миксером до полного растворения сахара. Противень сбрызнуть водой, застелить пергаментом, смазать растительным маслом. Выложить полученную смесь на противень. Духовку разогреть до 70–80 °С. Поместить в нее противень, сушить 12 ч. Затем противень с пастилой достать из духовки, накрыть марлей и поставить на свежий воздух на 24 ч.

Совет:

Вообще говоря, грушевую пастилу лучше всего готовить из того сорта диких груш, что называется в народе «дуля». В свежем виде они жесткие и малосъедобные. Зато аромат у них – невероятный, и вкус у пастилы получается удивительный.



Яблочная пастила

12–14 порций

Что нужно:

2 кг яблок, предпочтительно сорта антоновка
100 г жидкого натурального меда
3 очень свежих яичных белка
щепотка кристаллической лимонной кислоты
растительное масло

Что делать:

Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, крупно нарезать. Если яблоки не очень сочные, достаточно пропустить их через мясорубку, если же сочные, то после измельчения яблочную массу нужно поместить в кастрюлю, поставить на медленный огонь и прогревать до тех пор, пока ее объем не уменьшится на треть (ни в коем случае не сливайте сок!). Полученную массу выложить в миску, слегка остудить, взбить миксером, накрыть и поставить в холодильник на 6–8 ч; каждые 1–1,5 ч взбивать массу миксером. Мед поставить в холодильник на 6 ч, затем взбить миксером на минимальной скорости добела. Белки перемешать с медом, затем взбить с добавлением лимонной кислоты в крепкую пену. Настоявшуюся яблочную массу аккуратно перемешать со взбитыми белками до однородности. Противень сбрызнуть водой, застелить пергаментом, смазать растительным маслом. Выложить на него полученную смесь. Духовку разогреть до 70–80 °С. Поместить в нее противень. Сушить 12 ч. Затем противень с пастилой достать из духовки, накрыть марлей и поставить на свежий воздух на 24 ч. Готовую пастилу нарезать ножом или кондитерскими выемками или скатать в рулет, натерев сахарной пудрой. Хранить завернутой в пергамент или в закрытой банке на нижней полке холодильника.

Пастила из абрикосов

8–10 порций

Что нужно:

1 кг очень спелых, а лучше перезревших абрикосов
100–300 г сахара, по вкусу

Что делать:

У абрикосов удалить косточки. Положить мякоть в блендер и измельчить до состояния пюре. Переложить пюре в кастрюлю, добавить 1 ст. л. сахара. Поставить на слабый огонь и, помешивая, довести до кипения. Добавить оставшийся сахар и готовить, помешивая, пока объем абрикосовой массы не уменьшится на треть. Остудить до комнатной температуры. Выложить массу на застеленный промасленным пергаментом противень, поставить в разогретую до 50–60 °С духовку; приоткрыть дверцу. Через 2 ч вынуть противень с пастилой из духовки, накрыть марлей и поставить на свежий воздух на 24 ч. Готовую пастилу посыпать сахарной пудрой и скатать в рулет или нарезать тонкими полосками.

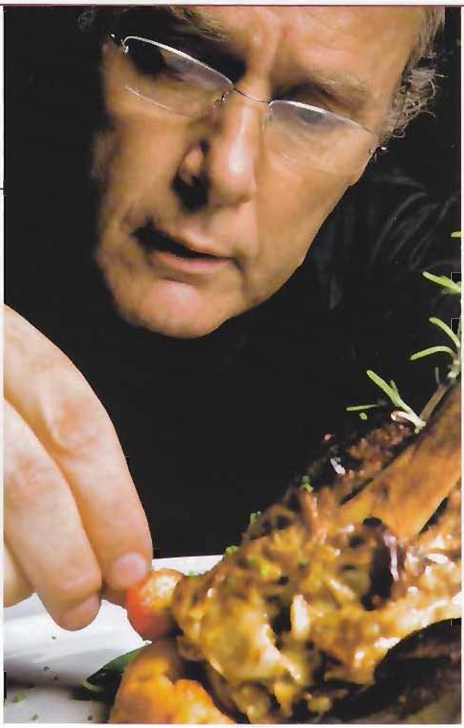
МНЕНИЕ ТЕСТ-ГРУППЫ

Екатерина Маслова

Для пастилы я выбрала крупные абрикосы, слегка перезрелые. Я боялась, что пастила будет приторная – спелые абрикосы очень сладкие, – и взяла двести граммов сахара. Но мои опасения не подтвердились – продукт получился даже немного с кислинкой. Абрикосовое пюре варилось у меня на небольшом огне один час. За сутки пастила хорошо «схватилась» – она легко отделялась от бумаги и не приставала к рукам.

«Композитор»-провокатор

Луиш Баена гордится национальной кухней, но при этом смело сочиняет собственные кулинарные шедевры. Журналисты канала Telecafe отправились в Португалию на встречу с легендарным шефом



– С чего начинается творчество?

– Творчество – это интеллектуальный процесс, ты должен быть сосредоточен, должен постоянно анализировать. Иногда все начинается с идеи, с какого-то продукта. Моя точка отсчета – один-единственный продукт. Кроме этого, блюдо нельзя приготовить, не вложив в него свои чувства.

– Как бы вы описали португальскую кухню? В чем ее специфика?

– Португальская кухня вкусна, но часто блюда выглядят очень непритязательно. Я вижу свою задачу в том, чтобы сделать еду красивой, стильной. Наша кухня – это кухня фьюжн. Чтобы ее понимать, надо понимать историю. Например, в Португалии все едят карри, при этом никто не думает об Индии или других азиатских странах. Мы уже давно ассимилировали специи, освоили и присвоили их. И наоборот, если вы окажетесь на улицах Бангкока, то увидите там еду, которая всегда была традиционным португальским десертом: «фиош д'овош», буквально – «вечные нити», или «волосы ангела».

– Какие блюда в Португалии считаются традиционными?

– Мы живем на берегу океана, поэтому блюда из рыбы и других даров моря составляют основу национального меню. Кроме того, португальская кухня славится самыми неожиданными сочетаниями привычных продуктов. Из всех стран, где я был, только в двух едят картошку вместе с рисом – у нас в Португалии и еще в Перу.

Португальцы очень любят креветки и едят их в любом виде. Жаренные с чесноком, вареные «ao natural», в супах, в маришкадах, в катапланах, приготовленные на гриле целыми или разрезанными на половинки. Любимая закуска – сочетание королевских креветок и соленого крема, в состав которого входят молоко из кедровых орешков и кориандр. Блюдо должно подаваться теплым. Португальцы очень любят супы и едят их каждый день. Например, густой рыбный суп-рагу калдейрад. Готовится он буквально из всего, что дает море: в один котел бросают и морскую, и пресноводную рыбу, и устриц, и моллюсков, и осьминогов. Многие рыбаки даже используют морскую воду.

Очень популярны разноцветные крокеты из крабов, служащие прекрасной закуской к пиву или вину: красные с томатами, желтые с шафраном.

– Что для вас первостепенно в приготовлении еды?

– Концентрация цвета и запах. Когда готовишь, очень трудно сохранить цвета, они исчезают, становятся пастельными, блеклыми. Я же хочу добиться максимума цвета. А запах заставляет нас искать источник насыщения – и этим все сказано.

– Каким должен быть шеф-повар?

– Прежде всего он обязан досконально знать, как делается любое блюдо. И конечно – уметь работать с людьми. Иногда приходится быть диктатором: требовательность является одним из доминирующих качеств. Однако бывают моменты, когда ты можешь и должен заставить людей смеяться.

– Есть ли что-нибудь, что вам не нравится в вашей профессии?

– К сожалению, шеф-повара становятся чем-то вроде рок-звезд. Конечно, очень важно показывать нашу работу. Люди должны знать шеф-поваров. Но и нам не следует давать во время интервью советы, как выбирать наручные часы.

– В любой области когда-нибудь возникает вопрос: все ли уже открыто?

– Я считаю, что в кулинарии, как в музыке: есть семь нот, и из них можно бесконечно создавать сочинения в разных стилях. Я тщательно слежу за последними достижениями в области высокой кухни и молекулярной кулинарии. Но все технические нововведения хороши в пределах разумного. Взрывы на кухне каждый день забавны, но практического смысла в них нет. Эволюция – вот что важно.

telecafé

Канал со вкусом!

Telecafe – первый круглосуточный телеканал о еде как части культуры, предлагающий интеллектуальный подход к кулинарии. История продуктов, экзотические вкусы разных стран и эпох, свежие новости фуд-дизайна, аппетитные традиции, имена, вошедшие в историю мировой кухни, и уникальное собрание оригинальных рецептов на все случаи жизни. www.telecafe.ru

Вино ручной работы

Австрийские вина никогда не «брали количеством». Они добились всеобщей любви благодаря своей самобытности, индивидуальному характеру. Еще один шаг виноделов Австрии к успеху – переход на так популярное сейчас органическое земледелие

Никакой страховки

Секции для органических продуктов и отдельные магазины, специализирующиеся на «био», для нас давно не новинка. И рядом с яблоками и молоком на полках все чаще появляются бутылки с вином.

Идея органических продуктов – быть вкуснее и здоровее тех, которые выращены с помощью искусственных допингов и защит. Чтобы назвать свой фрукт-овощ органическим, фермер не может удобрять землю или обрабатывать растения препаратами «большой химии». Такой подход в целом верен и для органического вина, однако здесь есть одно важное различие. Для изготовления вина требуется дополнительный производственный этап, превращающий виноградное сырье в конечный напиток. Органической винификации не бывает, поэтому мы можем говорить только о вине, сделанном из органически выращенного винограда. Просто сторонники биовиноделия ставят во главу угла не манипуляции с продуктом, когда можно несколько сгладить недостатки лозы, а качество сырья для вина.

В Австрии органические виноградники можно найти в каждом винодельческом регионе. Сейчас в стране работают по крайней мере 400 хозяйств, следующих биологическим методам. Это означает, что на одном из тридцати гектаров виноградников получают органический урожай. Цифра, согласитесь, немаленькая.

На первый взгляд органическое виноградарство кажется легким. Больше не нужно покупать химикаты, замешивать растворы, «утюжить» виноградники тракторами, опрыскивать лозы. Но отказ от синтетических удобрений и пестицидов не делает виноградник автоматически здоровым. Напротив, без химической защиты вредители и сорняки чувствуют себя намного вольготнее. Фермерам, перешедшим на органическое земледелие, приходится прикладывать больше усилий, чтобы вырастить хороший урожай. Чаще всего это тяжелый ручной труд и лишние часы, проведенные на виноградниках. «Органическое виноградарство – как упражнения на трапеции без страховки. Оно требует от виноградаря точной и аккуратной работы», – говорят в хозяйстве Geyerhof, где виноградники обрабатываются биологическим способом уже 15 лет.

Чувствовать природу

Впрочем, австрийские виноградари, избравшие органическое культивирование, не жалуются на жизнь. «Много работать

на виноградниках – это здорово, потому что в результате лучше понимаешь природу и явления, неподвластные человеку», – считает Эдуард Чеппе из хозяйства Gut Oggau в Бургенланде.

Как минимум виноградарь начинает задумываться об уходе, благодаря которому лозы растут крепкими и выносливыми. Здоровые виноградники – залог здорового урожая, и не только на ближайший сезон. Органическое культивирование помогает лозам развить хорошую иммунную систему и противостоять отдельным заболеваниям, с которыми не справляются виноградники, подпитанные синтетическими препаратами.

Раз лозы больше не получают внешней подкормки, им приходится глубже пускать корни в поисках питания. Извлекая из почвы больше минеральных веществ, лозы дают урожай, из которого получаются характерные напитки. Ведущие австрийские хозяйства стремятся делать вина с «чувством места», и органическое виноделие – большое тому подспорье. Вот и винодел Роланд Велих с его знаменитыми красными винами Moric использует натуральный уход. Его цель – создавать продукцию, которая бы ясно указывала на место происхождения.

Некоторые виноградари идут дальше, перекидывая мостик от органического хозяйствования к биодинамическому. В рамках биодинамики виноградники рассматриваются как часть большой экосистемы, а уход ведется в согласии с природными ритмами Земли и других планет Вместо того чтобы вспахивать почву между виноградными рядами, биодинамические виноградари обычно засевают ее травами. Эдуард Чеппе вспоминает забавный эпизод. В прошлом году он взял в аренду участок и, как обычно, оставил траву в междурядиях Однажды раздался телефонный звонок – владелец виноградника в панике говорил о «безобразии» на участке. Виноделу пришлось объяснять, что «беспорядок» имел определенную цель и находился под полным контролем.

Кодекс винной чести

Хорошо, органический урожай выращен, но как из него получить здоровое вино? Ведь даже великолепный виноград легко превратить в безжизненный напиток. Большинству австрийских виноделов, особенно в маленьких семейных хозяйствах, где функции виноградаря и винодела часто совмещены, нет смысла выпускать плохие вина. Стоит ли тратить столько усилий на винограднике, чтобы потом губить урожай на винодельне?

Николаус Заахс из хозяйства Nikolaihof заявляет, что органическое и биодинамическое виноградарство дает большие преимущества во время винификации. «Чтобы сусло начало бродить, нам не нужно добавлять искусственные штаммы дрожжей или энзимы, ведь мы не уничтожаем химическими препаратами дрожжи на виноградниках», – говорит он.

В регионе Вахау, где виноградники растут на крутых горных террасах, большинство хозяйств входят в добровольную ассоциацию Vinea Wachau. Они придерживаются строгих правил производства, известных как «Кодекс чистого вина». Их суть можно свести к одному: природа и ничего больше. Виноделам запрещено проводить искусственные манипуляции над вином, например, концентрировать сусло или разлагать его на фракции, добавлять сахар или концентраты, изменять ароматический букет или структуру вина с помощью дубовых чипсов или порошкового танина.

Конечно, при винификации очень сложно полностью обойтись без химических соединений, но виноделы в органических хозяйствах сводят их до минимума. Особенно это касается серы – традиционного дезинфицирующего средства, которое к тому же защищает вино от окисления. Чтобы лучше сохранить ароматический букет, вина часто бутилируют нефильтрованными

Вкуснее или нет?

Этот вопрос больше всего интересует нас как потребителей. Улучшает ли органическое виноделие вкус австрийских вин? Поскольку в органических винах минимум искусственных консервантов, то их легко пить сразу после того, как бутылка открыта А когда вино сделано с «участием» химикатов, будь то на винограднике или винодельне, то его ароматы и вкус заметно страдают. В остальном все зависит от того, насколько серьезно хозяйство стремится производить высококачественную продукцию

«Мы следуем биодинамическому методу с 1971 года, но вина Nikolaihof успешны прежде всего потому, что их качество остается превосходным», – заявляет Николаус Заахс. Он отмечает, что вина без искусственных добавок прекрасно развиваются в бутылках, их можно хранить много лет: «Проведите эксперимент: откройте любую бутылку Nikolaihof и каждый день в течение недели проверяйте вкус вина. Оно не портится! Его даже не надо ставить в холодильник».

«Увидеть разницу во вкусе несложно. Наши вина теперь более стойкие, глубокие и структурированные», – добавляет Эдуард Чеппе. Винные эксперты согласны: по своей сложности и глубине вкус органических и биодинамических напитков чаще выигрывает в сравнении с традиционными.

Без лишней рекламы

Напоследок раскроем секрет: органическими или биодинамическими являются многие знаменитые вина Австрии, просто хозяйства далеко не всегда стремятся рекламировать этот факт. Они хотят, чтобы потребитель судил по конечному вкусу напитков.

Вот и на этикетках вин Gut Oggau, недавно получивших главный приз по дизайну на выставке в Каннах, нет ни слова о биодинамическом виноделии. Да и сам Эдуард Чеппе не поднимает тему об особом культивировании виноградников, пока его не спросишь напрямую. Вместо этого он предпочитает говорить о качестве и индивидуальном характере своих вин – ведь именно по этой причине они попали в карты таких звездных ресторанов, как Arzak в Бильбао, Noma в Копенгагене или Gordon Ramsay в Лондоне.

«В мире всегда будет производиться больше вин по традиционной схеме. Но будет увеличиваться и число людей, готовых платить за самобытные истории, которые могут рассказать лишь немногие вина», – уверен Чеппе. Стоит ли говорить, что в хороших органических хозяйствах таких историй достаточно.

В России австрийские вина пока встречаются редко, но даже при таком небольшом выборе можно найти органические марки. Среди них – Nittnaus и Moric, Weininger и Malat. А поскольку многие производители не выносят на этикетки слово «bio», то при покупке нелишне спросить, являются ли они органическими. Есть хороший шанс, что ответ будет утвердительным.

Элеонора Скоулз

Продвинутые пользователи

Морской бриз
4 порции

Что нужно:
240 мл свежевыжатого сладкого грейпфрутового сока
100 мл свежевыжатого клюквенного сока
180 мл водки
кубики льда
розы для украшения

Что делать:
Положить в бокалы по 3 кубика льда, влить водку, грейпфрутовый, затем клюквенный сок, размешать палочкой для коктейлей. Этот коктейль подается с маленькой розой на длинной ножке.

Свежий вермут кассис
4 порции

Что нужно:
200 мл свежевыжатого сока черной смородины (можно замороженной)
320 мл сухого вермута
80 мл сиропа из коричневого сахара
сильногазированная вода
колотый лед
полоски лимонной цедры для украшения

Что делать:
Наполнить шейкер до половины льдом, влить черносмородиновый сок и сахарный сироп, взболтать, процедить в охлажденные бокалы. Долить вермутом и доверху – газированной водой. Украсить бокалы полоской лимонной цедры.

Гранатовый браслет
4 порции

Что нужно:
200 мл свежевыжатого гранатового сока
120 мл апельсинового ликера (Cointreau, Grand Marnier)
сухое шампанское или игристое вино
лед
ломтик граната для украшения

Что делать:
Наполнить шейкер до половины льдом, влить гранатовый сок и апельсиновый ликер, взболтать, процедить в охлажденные бокалы. Долить доверху шампанским или игристым. Украсить ломтиком граната.

Безалкогольный лайм с тархуном
4 порции

Что нужно:
400 мл свежевыжатого сока лайма
300 мл сахарного сиропа
400 мл сильногазированной воды
большой пучок тархуна
кубики льда
ломтики лайма для украшения

Что делать:
Отложить 4 стебля тархуна для украшения. Остальной тархун положить в блендер, измельчить. Добавить сироп и сок лайма, взбить, процедить через сито. В бокалы положить по 3–4 кубика льда, разлить коктейль, долить газированной водой. Украсить тархуном и ломтиками лайма.

Алкогольные коктейли – вкусная штука, но пользы для здоровья не приносящая. Впрочем, эту ситуацию можно подправить, используя свежевыжатые соки. Бонус к возросшей цене, кроме витаминов, – прекрасный бодрящий вкус

Настоящий дынный

4 порции

Что нужно:

- 1 кг мякоти дыни
- 240 мл белого или золотистого рома
- 40 мл сахарного сиропа
- мята для украшения
- лед

Что делать:

Дыню очистить от кожуры и косточек, взбить блендером до однородности, влить в посудину с плоским дном и полностью заморозить. Перед подачей расколоть на куски, положить в блендер, быстро размолоть в ледяную крошку и разложить ее по охлажденным бокалам. Наполнить шейкер до половины льдом, влить ром и сахарный сироп, взболтать, процедить в бокалы. Подавать, украсив каждый бокал веточкой мяты.

Арбузный шардоне

6–8 порций

Что нужно:

- 1 арбуз весом 2–2,5 кг
- 1 бутылка шардоне из Нового Света
- большая ветка винограда без косточек
- 4 спелых нектарина
- колотый лед

Что делать:

Заранее сильно охладить вино, виноград и нектарины. У арбуза удалить корку и косточки, куски мякоти положить в блендер, добавить пару горстей льда, взбить до однородности. Нектарины нарезать маленькими кубиками, виноград снять с веточек. В охлажденную крюшонницу или прозрачную миску выложить арбузную массу, виноград и кусочки нектарина. Влить вино, перемешать и подавать.

Игорь Морозов, бармен гастропаба «Простые вещи»:

– На сочетании алкоголя и свежевыжатых соков строится множество классических коктейлей – знаменитая «Отвертка» из апельсинового сока и водки, «Кампари оранж» и так далее. Наверное, единственный коктейль, для которого требуется пакетированный сок, – это «Кровавая Мэри». Все остальные от использования фреша только выиграют.

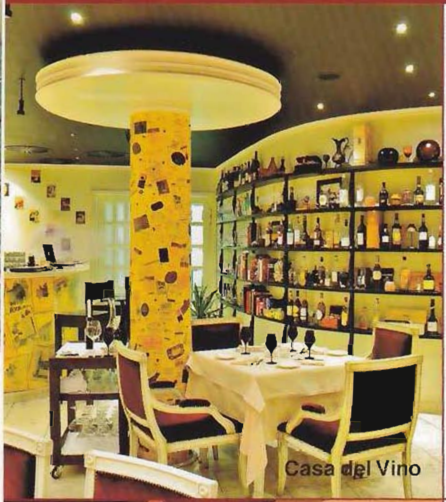
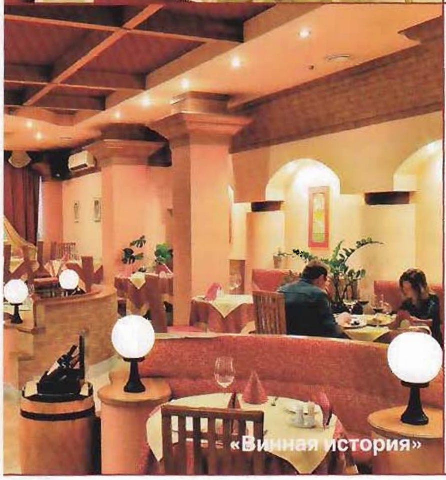
Мне очень нравится делать со свежевыжатыми или даже давлеными соками коктейли тини на основе водки или джина, сока лайма и сахарного сиропа. Делаются они так: вы мелко режете какой-то фрукт, толчете его пестиком, потом соединяете в шейкере с алкоголем, остальными ингредиентами и льдом, взбалтываете, сцеживаете в бокал и подаете. Фрукты могут быть какими угодно: грейпфруты, яблоки, гранаты, киви. В сезон очень вкусные тини получаются с арбузами, персиками и клубникой. Вообще фреш лучше всего делать с оглядкой на сезон. Летом хороши ягодные фреши и коктейли на их основе. Осенью – крюшоны и коктейли из бахчевых – арбуза, дыни. А цитрусовые и экзотические фрукты можно оставить на зиму.

Когда вы делаете коктейль с соком, кладите сразу как можно больше льда. Если льда недостаточно, он начнет таять в теплой смеси сока и алкоголя, и ваш коктейль окажется разбавленным талой водой – а это не очень-то вкусно. Можно, конечно, заранее выжать сок и поставить в холодильник – но нужно помнить, что уже через 10–15 минут от половины витаминов в соке не останется и следа, а их, согласитесь, жалко. Кстати, если хотите, чтобы после вечеринки у вас не было похмелья, сделайте себе безалкогольный фреш из одного крупного помидора, одного большого огурца, нескольких черешков сельдерея, пары лаймов и большого куска свежего корня имбиря. Такой коктейль очень бодрит.

Коктейли с фруктовыми соками очень легко украшать – вы просто можете надеть на краешек бокала или на шпажку кусочек того фрукта или ягоды, из которых коктейль сделан. Но можно пойти дальше. Невероятно эффектно выглядят коктейли, поданные в самих фруктах, из которых предварительно удалили мякоть, оставив только стенки. Особенно для этого подходят молодые кокосы, маленькие ананасы, дыни и арбузы, но при желании можно использовать практически любой фрукт.

Запишитесь в винотеку

Симпатичные винные бары и ресторанчики, куда можно заглянуть только на бокал вина, где легко отыскать оригинальные малоизвестные вина и попробовать лучшие мировые сорта... Их так много в Европе и так не хватает у нас. Хотя в Москве ситуация постепенно исправляется – интересных винотек появляется все больше

	Расположение и часы работы	Атмосфера и интерьер	Шеф-повар и концепция заведения
	Б. Дровяной пер., 7/9 (м. «Таганская»), тел.: 730-7158. Режим работы: 12.00–0.00. Открылся в 2005 году.	Крошечный ресторан-винотека, затерявшийся в переулках Таганки, стилистически выдержан в лучших европейских традициях: уютный зальчик, удобные кресла, небольшие столики, затейливые экспонаты на полках, высокое ресторанное обслуживание, авторская кухня и профессионально собранная винотека. Главный зал (30 мест) выполнен в стиле ар-деко. Вдоль одной из стен на узких стеллажах выставлена коллекция домашнего декора от хозяйки ресторана Галины Иващук: антикварные штопоры, раритетные бутылочки, медные турки для кофе, книги по виноделию, профессиональные ресторанные журналы и прочие приятные мелочи. Компания из 8 человек может разместиться в шикарном VIP-кабинете.	В ресторане-винотеке все (огромная винная карта, профессиональный сомелье, лаконичное «винное» меню) ориентировано на одну задачу – продажу вина. Вина подают по бокалам, в бутылках, а также предлагают купить домой. Шеф-повар Георгий Герасимов уверен, что современная гастрономия держится на трех китах: это глобализация, то есть аккумуляция кулинарных традиций всего мира, авторский подход и использование сезонных продуктов. Меню он создает в сотрудничестве с сомелье Олегом Кузнецовым, который определяет, насколько блюда сочетаются с винной картой. **Специальные предложения** Дегустационные сеты (еда+вино). Кейтеринг. Ужины-дегустации с виноделами.
	Ул. Братиславская, 26 (м. «Братиславская»), тел.: 347-8888. Режим работы: 12.00–0.00. Открылся в 2009 году	Сеть ресторанов-винотек «Винная история» первой решила взяться за дело приобщения жителей спальных районов к великому искусству дегустации – третий ресторан сети в этом году открылся на «Братиславской». Раньше на этом месте располагался «Золотой гусь», первый и долгое время единственный достаточно дорогой ресторан в Марьино, но в конце 2008-го владельцы решили провести реорганизацию и открылись уже в качестве винотеки Небольшой зал (48 мест) выдержан в золотисто-бордовых тонах. У входа расположены винный шкаф и грифельная доска, на которой каждый день мелом пишутся названия вин, которые сегодня можно попробовать по бокалам.	«Винная история» – пожалуй, единственная винотека в Москве, зайти в которую не боязно и простым менеджерам. Тут вполне демократично, что, впрочем, не сказывается на грамотной винной карте. Шеф-повар Дмитрий Шаповалов перешел в «Винную историю» из «Золотого гуся», но меню изменил кардинально – оно не повторяет «гусиные» позиции Теперь здесь нашлось место всем достойным европейским, российским и домашним московским блюдам. **Специальные предложения** Дегустационные сеты (500 руб. за пять вин и закусок). Банкетное меню. Детское меню

Кухня и напитки

В небольшом меню нашлось место лучшим гастрономическим позициям из Италии, Испании и Франции, плюс капелька Америки и Азии. Все блюда, по уверению шефа, отлично сочетаются с вином, так как в них нет ничего, что могло бы перебить тонкий винный букет: ни острых специй, ни прожаренных краев. Акцент – на натуральности продуктов и чистоте вкуса готового блюда.
Рекомендуем: тартар из лосося и гребешка с миндальной пеной (680 руб.), салат из фазана-конфит (600 руб.), креветки с карри с гречневой лапшой соба (640 руб.), тальятелле с бретонским кроликом (620 руб.), чилийского каменного окуня со спаржей и соусом из чернил каракатицы (1380 руб.), каре ягненка с кофейно-бальзамическим соусом и пенкой из козьего сыра (1250 руб.), турнедо из телятины с имбирно-луковым мармеладом (1200 руб.).
Винная карта: построена по сортам винограда, в каждом разделе представлены вина из ведущих винодельческих регионов. По бокалам можно заказать более половины из 100 продаваемых вин. Сомелье говорит: «У нас не модный ресторан, наши гости ценят хорошее вино по правильным ценам». Цены и правда не самые высокие в городе – от 1100 до 18 000 руб. Каждые 3–4 месяца винная карта пополняется.
Средний счет: 3500 руб.

Меню монументально. Некоторые блюда готовятся в строгом соответствии с каноническими рецептами («Цезарь» с курицей, «Оливье» с языком), другие сдабриваются авторской фантазией: карпаччо из говядины шеф подает под малиновым соусом и с кедровыми орешками, филе дорады – с сальсой из манго. Четкой винной направленности в меню не прослеживается.
Рекомендуем: карпаччо из свеклы под медово-уксусной заправкой с пармской ветчиной (320 руб.), салат с раковыми шейками и помидорами конкасе в хрустящей корзинке из теста фило (500 руб.), стерлядку в сметане (1200 руб.), голень барашка, томленную в красном вине (750 руб.).
Винная карта: по ней можно изучать историю всемирного виноделия, она похожа на энциклопедию – с познавательными статьями, картами, фотографиями. Сначала читаешь про страну, затем про регион, виноград, а после изучаешь цены. Большинство позиций стоят столько же, сколько в винных магазинах (много вин по 1500 руб.). Цены за бокал – от 200 до 400 руб.
Средний счет: 1100 руб.

* Средний счет указан без учета спиртных напитков.

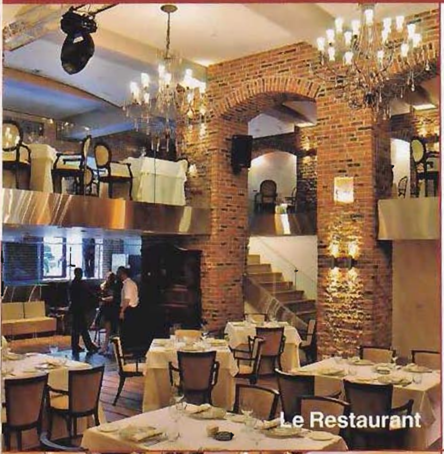
ВЗГЛЯД СО СТОРОНЫ

Владислав Волков, винный эксперт и журналист, вице-президент Независимого винного клуба

– Формат винотеки, где во главу угла ставится вино, в России долго не приживался, но сегодня эта тема становится популярной. Правда, винотек и винных баров в классическом понимании у нас почти нет. Винотека, или энотека, – в первую очередь собрание вин, винный подвал, который кропотливо составлялся экспертами многие годы. Это может быть как магазин с дегустацией и простыми закусками, так и эногастрономический ресторан, где меню полностью подчинено принципам сочетаемости с вином. Все это сегодня можно найти в Москве, кроме собственно винных собраний. Их создание – дело ближайшего будущего.

Центральной фигурой в таком заведении является сомелье: он отбирает вина, формирует концепцию винной карты и сплачивает вокруг себя клиентов, людей, неравнодушных к вину и желающих знать о нем больше. Постоянная клиентура – ключевой фактор для московских винотек. Также очень важна наценка на вина: она должна быть существенно ниже неадекватных наценок обычных ресторанов, тогда вино будет иметь большой оборот. Что касается еды, это могут быть и просто мясные закуски и сыры, и полноценная ресторанная кухня. Винные бары, где люди проводят непродолжительное время за парой бокалов вина, у нас редкость, более распространены винные рестораны. Хорошо, если меню в подобных заведениях небольшое и простое, но не примитивное: кухня должна быть построена на тонких вкусовых нюансах, которые помогут вину раскрыться. Доступность большого числа вин по бокалам обязательна – без этого клиент винотеки будет ограничен в выборе своих винных приключений. Креативность сомелье – еще один важный пункт. Посетитель винотеки не ищет имена и бренды, «намозолившие глаз» во всех без исключения ресторанах или, того хуже, супермаркетах. Интереснее попробовать удивительное вино из незнакомого сорта винограда, от маленького хозяйства. То вино, которое требует увлекательного рассказа сомелье.

Достойные винные заведения в Москве есть. В «Ле Сомелье» на Смоленской можно попробовать бокальчик вина с сырной тарелкой и взять бутылку с собой, а в сети винотек «Винная история» стоит посетить лекции-дегустации. Для более серьезного погружения в тему существует винотека «Диссидент» на Лубянке, где вам подадут сеты из блюд и вин, творчески подобранные сомелье Кириллом Корнишиным. Любители нетленной классики должны оценить новый Le Restaurant на Пресне, в карте которого представлены вертикальные коллекции (несколько урожаев) лучших вин Франции, Италии и Испании, подающиеся в сопровождении блюд французской кухни. Заслуживают внимания проекты сомелье Басова и Панасенко, такие как Tinto Fino и Rosso & Bianco.



Расположение и часы работы

2-я Звенигородская ул., 13, стр. 1, (м. «Улица 1905 года»), т.: (499) 244-0772. Режим работы: 12.00–0.00. Открылся в 2009 году.

Атмосфера и интерьер

Новый ресторан-энотека занял два этажа (85 мест) в одном из старых домов на Красной Пресне. За ничем не примечательным фасадом скрывается солидное винное заведение. Дизайнеру Веронике Лазаревой удалось создать достаточно легкий интерьер, удачно сочетающий красный кирпич, дубовый пол, стекло и металл, а также классическую мебель. На первом этаже ресторана, рядом с барной стойкой, располагается мангал, который позволяет гостям наблюдать за приготовлением рыбы и мяса. Достопримечательность второго этажа – винный кабинет, декорированный древесиной дуба и позволяющий хранить вино в идеальных условиях.

Шеф-повар и концепция заведения

Авторская кухня француза Филиппа Боссера, ученика Поля Бокюза, позволяет наслаждаться идеальными сочетаниями блюд и вина. Гастрономию своей родины Боссер в разное время представлял в мишленовских ресторанах Португалии и Германии, работал во Франции. В Le Restaurant он использует только дикую рыбу и отборное мясо. Выверенные рецепты ориентированы на тонкость и деликатность вкусов, которые не могли бы вызвать конфликт со вкусом вин.

Специальные предложения

Винные и сигарные дегустации. Три раза в неделю – живая музыка (фортепиано, гитара).

Расположение и часы работы

Б. Ордынка, 45/8, стр. 3 (м. «Новокузнецкая»), тел.: 953-1564. Режим работы: 12.00–0.00. Открылся в 2009 году.

Атмосфера и интерьер

Пространство ресторана поделено на три разных уровня. В старом замоскворецком дворике разместилась уютная терраса, ее главное украшение – огромная бочка с ароматным сидром. На первом этаже – небольшой тапас-бар, крошечные столики, удобные стулья, контактная барная стойка. Здесь разливают сидр и предлагают множество маленьких бутербродов-пинчос: раздолье для бедных студентов – средний чек копеечный, а сидр вкусный. Поднявшись на второй этаж, гость оказывается в солидных интерьерах дорогого ресторана: массивные столы, величественная дровяная печь в центре главного зала, отдельная зона на балконе.

Шеф-повар и концепция заведения

El Asador – это сочетание сидрерии (место, где разливают сидр), дорогого ресторана с простой, добротной едой и винотеки с богатейшей коллекцией испанских вин. За кухню отвечает кубинец испанского происхождения Леонель Бейо, много лет работавший в мясных ресторанах от Мадрида до Хабаровска. Он готовит четкие баскско-наваррские блюда, а также немного замысловатых европейских, без которых сегодня непредставим городской ресторан.

Специальные предложения

Бутылочный сидр навынос. Гастрономические фестивали.

Расположение и часы работы

Ленинградский пр-т, 33, корп. 4 (м. «Динамо»), тел.: 945-9074. Режим работы: 12.00–0.00. Открылся в 2005 году. Заказ столика обязателен.

Атмосфера и интерьер

Небольшой ресторан напоминает очаровательные европейские винотеки. В ясном и легком интерьере (один зал на 18 мест) удачно сочетаются светлое дерево мебели, кирпичная кладка стен и отделанные камнем арочные окна. Он выдержан в эдаком средиземноморском духе с привкусом Испании. Словом, совершенно не московский дух, без пафоса и глянца. У Tinto Fino нет вывески, найти его можно, только если точно знаешь, куда идти. Это, по мнению создателей – сомелье Антона Панасенко и Владимира Басова, помогает отсеять «гостей с улицы», которые приходят в ресторан выпить водки и пива. Таких напитков в Tinto Fino не держат.

Шеф-повар и концепция заведения

Tinto Fino создали два сомелье, которые четко знают, какое вино они хотят продавать, и умеют это делать. Их заведение – скорее, винный магазин, в котором можно отведать ресторанной еды. Шеф-повар здесь – понятие коллективное: на кухне трудятся ребята с хорошими руками и с отличными знаниями о продуктах. В небольшом меню – европейские блюда и несколько азиатских позиций.

Специальные предложения

Акции (специальные цены на вино). Гастрономические, дегустационные ужины с виноделами. Выездное обслуживание. Скидка на покупку вина навынос.

Меню ресторана находится в развитии. Его основная направленность – высокая французская гастрономия с элементами фьюжн.

Рекомендуем: салат с осьминогами в горчичном соусе (680 руб.), террин из фуа-гра с конфитом из инжира (590 руб.), раковый крем-суп с мясом краба и тигровыми креветками (450 руб.), стейк из мраморной говядины с овощным рататуем и двумя соусами (1370 руб.), филе дикого сибаса (1570 руб.).

Винная карта: ее открывает широкий выбор напитков по бокалам, в который входят престижные вина Франции, Италии и Испании. Кроме того, в винной карте от сомелье Николая Лисенкова представлены вертикальные коллекции вин от выдающихся домов Бургундии, Бордо, Тосканы, Пьемонта, Сицилии, Каталонии и ряда других знаменитых винодельческих регионов Европы. Цены за бутылку стартуют от 1500 руб. В отличие от большинства столичных заведений наценка на вина здесь не превышает 40% от цен поставщиков, что позволяет гостям заказывать вина по минимальным для Москвы ресторанным ценам.

Средний счет: 2500 руб.

Баскско-наваррская кухня бесхитростна: просто хорошее мясо, пожаренное в дровяной печи и поданное с овощами, домашним хлебом и сухим вином или сидром.

Рекомендуем: разные пинчос (все по 50 руб.), вяленый свиной карбонад (180 руб.), маринованный перец, запеченный в печи с анчоусами (200 руб.); блюда, приготовленные в испанской печи Horno de Lena: рыба-черт (500 руб.), утиная ножка (650 руб.), цыпленок (380 руб.), молочный поросенок (380 руб.); блюда Churrasco, приготовленные на глиняной тарелке La piedra: мраморная говядина (1100 руб.), филе утиной грудки (1100 руб.)

Винная карта: целиком отдана Испании – 165 позиций, цена на бутылку – от 1200 руб. Сомелье Олег Толстобоков стремился создать карту, основу которой составляли бы эксклюзивные испанские вина, более нигде в Москве не представленные. Многие вина предлагаются в бутылках всех ресторанных размеров – от полубутылок до двойных магнумов. И конечно, сидр: сухой нефильтрованный, полусладкий, с черной смородиной, медовый.

Средний счет: 400 руб. – на первом этаже, 2000 руб. – на втором.

Кухню ресторана его создатели называют wine friendly, то есть «дружелюбной по отношению к вину»: рецептура блюд такова, что к каждому подходят не только определенные два-три вина. К примеру, к тартару из говядины сомелье советуют шампанское, либо плотное белое вино с дубом, либо легкое фруктовое красное.

Рекомендуем: тартар из тунца в азиатском стиле (750 руб.), кантабрийские анчоусы (70 руб.), азиатские «рэпы» из рисовой бумаги с курицей и креветкой (330 руб.), желтоперого тунца-гриль (750 руб./100 г), иберийскую свинину-гриль (490 руб./100 г).

Винная карта: построена по сортам винограда и достойна пристального изучения. Всего около 200 наименований. По бокалам предлагается «вино-сюрприз»: ежедневно сомелье решает, какие 2–3 бутылки откупорить. Другие вина подавать по бокалам здесь не стремятся, так как есть большой раздел вин в маленьких бутылках (0,375 мл). Абсолютное преобладание вин Старого Света – в Новом, по мнению сомелье, не много интересных позиций.

Средний счет: 2000 руб.

КУЛИНАРНАЯ СТУДИЯ
"ГАСТРОНОМЪ"

18.00

МАСТЕР-КЛАСС 23 СЕНТЯБРЯ

ДОМАШНЯЯ *кухня*

АЛЕНЫ СВИРИДОВОЙ

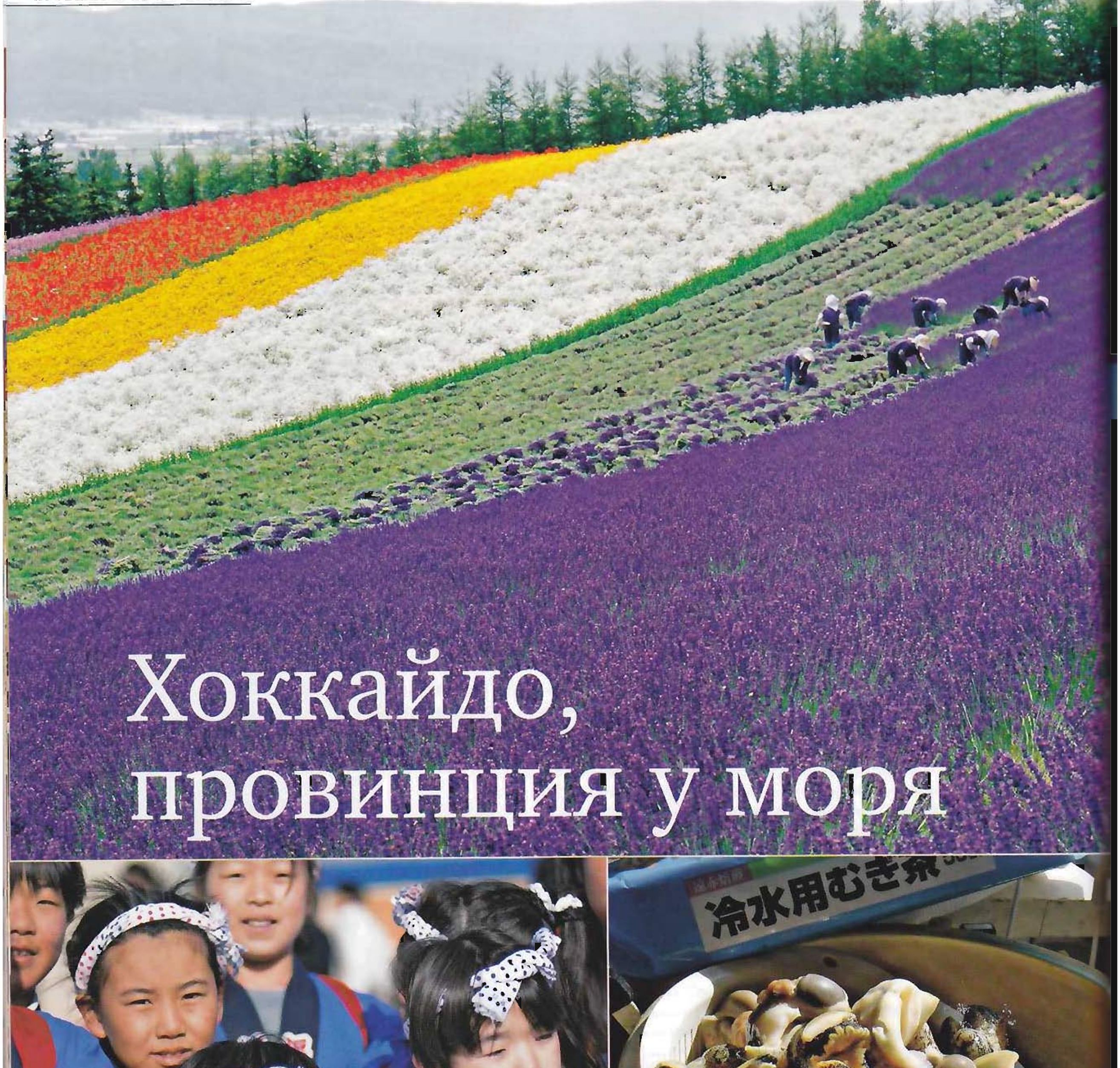
Алена Свиридова – играет в театре, снимается в кино, пишет музыку к кинофильмам и книги. С удовольствием ходит на рынок за продуктами и с легкостью угадывает рецептуру блюд в ресторанах, а дома готовит по наитию. Главный кулинарный секрет? Он прост: не надо лишних действий!

меню вечера

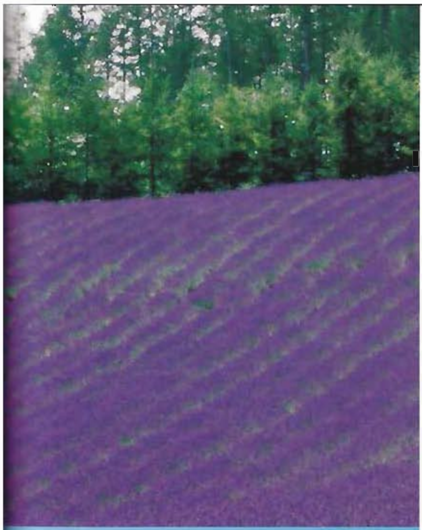
- Драники с грибной подливкой
- Холодник
- Куриная печенка с яблоками
- Кабачки с творогом
- Оладьи из кабачков с красной икрой
- Баклажанная икра керченская

стоимость мастер-класса 2300 руб.

ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ! 8 (495) 725 1070
kulinar@gastronom.ru www.gastronom.ru
* Цены указаны в рублях ** Скидки не суммируются



Хоккайдо, провинция у моря



Слухи о том, что Хоккайдо – дикий край, оказались сильно преувеличенными. Самый северный остров Страны восходящего солнца в реальности отнюдь не выглядел таким мистическим, каким описали его японские классики. И все-таки ощущение «края света» – того, что дальше Хоккайдо, за кромкой бушующего океана, за черными вулканами, уже ничего нет, – действительно витает здесь в воздухе

...И вот иду я, вся в белом, по проспекту в солнечном Саппоро. Ровные, как по линейке, расчерченные улицы расходятся вправо и влево, небоскребы тянутся вверх. В потоке пешеходов пересекаю перекрестки. В руках у меня пакет из супермаркета, заполненный едой – самых манящих форм и загадочного содержания.

Первый день в Японии. Я просто набрала в корзинку все, что «цепляло» взгляд, – и теперь, не утерпев, пробую на ходу. То, что обещало быть сладким, оказывается соленым. Похожий на суфле шарик – тягучей, как каучук, текстурой без вкуса, с каплей лиловой начинки внутри. Куриная лапка в кисло-сладком соусе, запакованная в вакуум, – как вам это понравится?

Возвращаюсь в гостиницу и вижу: мои спутницы, сидя на футонах, читают путеводитель, главу «Традиции и нормы поведения»: «Но хуже всех в глазах японца человек, который ест на улице. Это настолько непозволительно, что с ним даже разговаривать не станут. Впрочем, если вы иностранец, то что с вас взять». Ох, сколько еще их здесь будет, промахов и странной еды...

Живые иностранцы

А на следующее утро начинается наше путешествие. Нас десять человек, мы погружаемся в маленький автобус – на таких еще ездили хиппи – и собираемся исколесить весь Хоккайдо. Прошлым летом на острове проходил саммит «большой восьмерки», и в канун встречи президентов и премьер-министров группа японских энтузиастов решила собрать на острове альтернативную «восьмерку» – из молодых людей, представляющих те же страны. Я отвечаю за Россию и всякий раз, пожимая очередную руку, склоняю голову и произношу: «Лаша каракимашта Лена дэсу» – «Меня зовут Лена, и я из России».

Нас ждут две недели пути. Самые дальние уголки самого северного острова. Кое-где еще не ступала нога чужеземца – затем нас и пригласили, чтобы местные жители могли пообщаться с живыми иностранцами. И если взрослые иногда стеснялись, то дети закидывали нас вопросами: «А в вашей стране есть кошки?», «Почему у вас такие большие носы?» «На вас когда-нибудь нападал медведь?» – спрашивали, в частности, меня.

На Хоккайдо я ехала с подкашивающимися коленками – начитавшись Мураками, представляла себе огромные безлюдные пространства. Низкие небеса, серый океан, каменистый берег. На далеких пастбищах пасутся овцы, среди которых есть одна с черной звездой во лбу. Зимой остров заваливает снегом. Вековые криптомерии (это хвойное, что растет на Хоккайдо, я запомнила из романов Кавабаты Ясунари) роняют шапки снега на изредка проезжающих под ними лыжников. На Хоккайдо едут – из Токио это чуть не сутки на поезде, окраина мира! – исключительно гонимые экзистенциальным кризисом персонажи. Тишина острова лечит их душевные раны.

Как бы там ни было, наш автобус одним своим появлением с песнями Beach Boys разрушает всякий летаргический сон, и когда мы выгружаемся из него, вокруг вовсю поют птицы и цветут поля лаванды. К слову сказать, Хоккайдо вообще оказался славен лавандой, а местечко Фурано имеет репутацию японского Прованса.

В пути

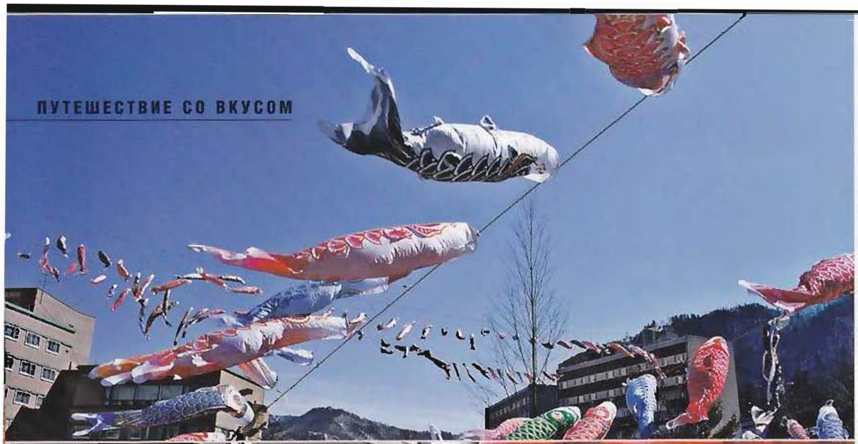
Останавливаемся мы часто – всякий, кто путешествовал на машине, знает, какое разнообразие вносят в монотонность дороги пункты питания. Вот магазинчик посреди бесконечных полей: в нем к каждой полке с товаром прикреплена фотография человека или семейной пары. Японские товарищи объясняют, что это все местные производители – за каждым сушеным скатом, за каждой бутылкой сливового уксуса тут стоит конкретный человек.

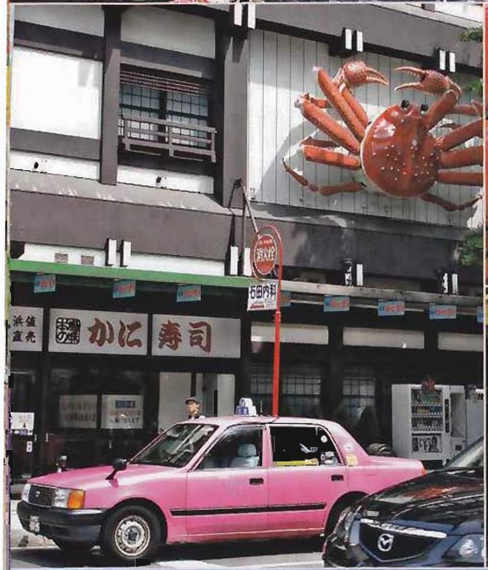
ЧТО ПРИВЕЗТИ

■ **Нож.** Профессиональный нож выбрать трудно – в специальных магазинах их сотни, и владелец доведет вас до умопомрачения, демонстрируя свои фокусы. Если вы не такой уж и повар, обратите внимание на белые керамические ножи – они, во-первых, остры и почти не тупятся, а во-вторых, очень эффектны.

■ **Шкатулка для бенто.** Всякий японец имеет свою любимую коробочку для ланча, и во многих случаях это произведение искусства. Расписанные вручную, лакированные, черные или красные изнутри, шкатулки эти пригодятся не только для пикника в японском стиле – в них и дома можно парадным образом сервировать любую японскую еду.

■ **Арбуз.** В первый раз вы не верите своим глазам: на самом почетном месте в магазине стоит наряднейшая коробка, перевязанная бантом, и сквозь окошки внутри виднеется арбузная корка. Тут же ценник – в пересчете с иены примерно 150 долларов. Деликатесные арбузы с Хоккайдо знамениты на всю Японию – на вечеринках они употребляются как устрицы, по чуть-чуть.





Когда подходит час обеда, мы все вместе начинаем высматривать какую-нибудь придорожную таверну. В безымянном городке заполняем собой миниатюрное – размером со скромный дачный домик – заведение. Тут обязательно аквариум с рыбками, отполированный деревянный Будда, телевизор... Пара постоянных клиентов, болтающих с хозяином, застывает с открытыми ртами при виде новых гостей. Мы оставляем у входа гору разноцветных сандалий и проходим в отдельный кабинет. Чуть погодя на деревянных подносах приносят заказы, мне – овощной салат (порция на один укус), пиалу риса и сашими, от свежести как будто светящиеся изнутри. На Хоккайдо эту свежесть так и не научаешься воспринимать как должное, слишком незнакомая.

Останавливались мы и у огромных, апокалиптического вида торговых центров. Пустынные торговые ряды, ослепляющие витринами, переходят в целые улицы едален. Перед каждой выставлен демо-стол с демо-едой. Соперничество начинается с аппетитности пластиковых блюд. В кайтэн-суши – там блюда проезжают мимо вас на движущейся ленте и вы выбираете понравившиеся – наша американка Эмили чуть не сломала зуб, взяв с кайтэна тарелку с пластмассовой картошкой-фри. Оказалось, по ленте также ездят промо-версии, а с этой картошки просто ценник отвалился.

В мега-моллах нас всегда в итоге заносит в лапшичные рамэн. Лапша оказывается сложносочиненным наваристым супом: тонко нарезанные ломтики свинины и грибы шиитаке, бамбуковые стебли, пластинки водорослей, зеленый лук и – единственное цветовое пятно – половинка яйца с темно-оранжевым, как предзакатное солнце, желтком. Но, сказать по правде, лапшичные поначалу влекли нас не из-за супа, а из-за ложек: во всех других случаях, хочешь не хочешь, приходилось орудовать палочками. Вилок в большинстве мест, куда мы попадали на Хоккайдо, просто не бывало.

Но вне конкуренции в этом путешествии – придорожные супермаркеты, островки цивилизации среди дикой природы, всегда полные разных чудес. В любое время дня и ночи в каждом нас ждала витрина с готовой едой – а у готовой еды в Японии очень хорошая репутация. Мы перепробовали все разновидности онигири, существующие на Хоккайдо

(в Токио они совсем другие). Онигири – главное лакомство японских студентов, то же самое, что для нас, скажем, пресловутый бутерброд. Это треугольнички из риса, завернутые в нори, хрустящую оболочку из сушеных водорослей, с разными начинками – от тунца до маринованных слив. В домах онигири готовят из вчерашнего риса – чтобы не пропал.

Ну и, конечно, здесь мы каждый раз покупаем себе бенто-бокс – ланчи в коробочках: терияки, овощи, аккуратные роллы, несколько сашими, рис, васаби, имбирь… Мы, жители Европы и Америки, довольно быстро сошлись во вкусах: поняли, что всем нам нравятся, например, инари-суши (эти штуки из риса, обернутые в жареный тофу, в Японии обожают дети), а вот нато, наоборот, не нравится. Нато все время ел Норияки, наш японский «коллега» – каждый раз от его бенто распространялся запах каких-то, ей-богу, портянок (на самом деле перебродивших соевых бобов), Нори закатывал глаза от удовольствия, а мы изображали приступ удушья. Неудивительно, что нато неизвестен ни в одном из наших «японских» ресторанов. Позже, встретившись с самым знаменитым в мире японским шефом Нобу, я спросила его, не пытался ли он привить Западу необычные вкусы вроде нато. Нобу посмеялся и сказал, что это бесполезно.

Со своими бенто-обедами мы обычно располагаемся на зеленых лужайках, усевшись кругом. Ветер налетает порывами, доносит запахи цветов, чуть поодаль плещется озеро, а у пристани стоит паром в виде сказочного замка, готовый после обеда доставить нас на остров с вулканами. Развалившись в траве, мы болтаем о том, насколько, должно быть, приятнее в нашей «большой восьмерке», чем в той, другой.

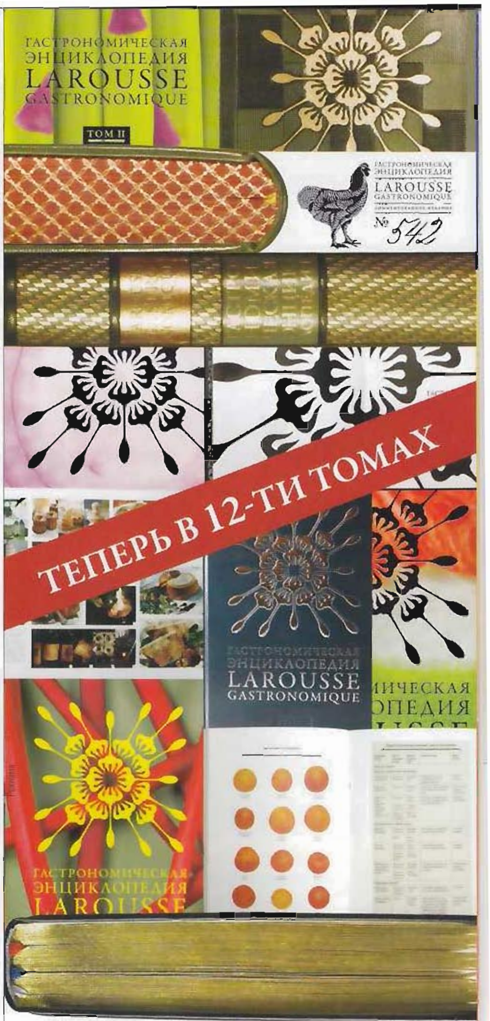
Остановки. Тояко

Говорят, в обычные времена озеро Тоя на юго-западной оконечности острова – популярный курорт (вода в нем, впрочем, даже в июле ледяная). Но на время проведения саммита его целиком оцепила полиция, так что за все время на дорожках вокруг озера мы не видели, кажется, ни души. Днем ездили на разные официальные мероприятия – например, высаживать лес на обугленных склонах вулканов (из расщелин в земле то тут, то там вырываются столбы дыма). А по вечерам к нам в «резиденцию» приходили гости.

Мне всегда было любопытно, что же японцы едят дома – очевидно ведь, что не все домохозяйки залихватски разделывают суши при помощи самурайских ножей. Должны же быть более «человеческие» блюда: картошка с мясом или спагетти…

В первый же вечер возле летней кухни на берегу озера установили большой переносной гриль. Гости – старушки в джинсах и панамах, три девушки в кимоно, группа в этнических латиноамериканских одеждах, два английских парня, преподающие язык в соседней деревне, – все приносили с собой домашние заготовки в пакетиках. Были это замаринованные и насаженные на шпажки куриные сердечки, свинина с редисом и салатными листьями, маленькие, не длиннее карандаша, рыбешки, цукини и брокколи. Все это в течение вечера поджаривалось на гриле, обильно поливалось соусом и с аппетитом съедалось. Группа в перуанских нарядах оказалась местными энтузиастами игры на африканских барабанах, и даже старушки участвовали в бэнде – играли на маракасах.

Затем мы ужинали японским карри (в этом путешествии нам пришлось есть его не единожды – готовят его повсюду и много). К индийскому оно почти не имеет отношения. Делается японское карри примерно так: в большой кастрюле тушатся мясо, картофель, морковь, лук, любые овощи, когда они почти готовы, добавляются вода и несколько квадратиков карри. Размешивается – и вуаля! Такого карри можно съесть гору. Домой из Японии я привезла большую золотистую плитку, в гости ко мне зашли подружки, и мы, не рассчитав, приготовили порцию на десятерых, а спустя два часа уже буквально вылизывали кастрюлю и сами себе удивлялись. После этого мне наконец пришло в голову взглянуть на состав продукта, и, разумеется, помимо специй там обнаружился глютамат. Наверняка и вы не раз слышали романтические воздыхания по поводу умами, найденного японцами пятого вкуса. Его действительно открыл в 1908 году японский ученый Кикунае Икеда – речь о глютамате натрия, усилителе вкуса, делающем любой продукт в сто раз более желанным. Однако ж умами естественного происхождения (гораздо меньшей интенсивности) присутствует во многих любимых японцами продуктах – например, в шиитаке или квашеных соевых бобах.



под редакцией знаменитого шеф-повара Жоэля Робюшона

от А до Я

ВЫШЕЛ В СВЕТ IV ТОМ
ВСЕМИРНО ИЗВЕСТНОЙ
ГАСТРОНОМИЧЕСКОЙ ЭНЦИКЛОПЕДИИ

ЛАРУСС

Продолжается подписка на главную кулинарную энциклопедию XX в. Издание премиум-класса в 12-ти томах. Рециклированная кожа, тиснение блинтом и несколькими видами фольги, золотой обрез, три ляссе, специальный штамп на 1-й странице, каждый экземпляр пронумерован вручную. Ограниченный тираж, в открытую продажу не поступает. Обязательная оплата последнего тома, сохранение цены на все оставшиеся тома. Цена издания премиум-класса – 3 499* рублей за том. Также можно приобрести отдельные тома эконом-класса и другие книги по ценам издательства.

+7 (495) 507 19 00, +7 (495) 229 85 70 (многоканальный)
www.larousse.ru

*Стоимость дана на период до 30 сент. 2009 г. Уточняйте цены в издательстве.

Остановки. Нибутани и Ноборибецу

Прекрасным утром мы прибываем в Нибутани – деревню айну, где есть, кстати, даже музей с кинотеатром 3D. Про айну, исконную народность Хоккайдо, я тоже читала у Мураками. В обычные времена это, без сомнения, тишайшее место, но в те дни в деревне проходил саммит вымирающих народностей. Со всего мира в Нибутани слетелись маори, команчи, саамы... Европейских лиц максимум с десяток. Нам было предложено либо фланировать в толпе гостей, либо помогать на кухне готовить еду. Я, разумеется, напрашиваюсь на кухню – на пару с француженкой Виктуар, окончившей кулинарную школу в Париже.

Шеф, руководящий процессом, – знаменитость на Хоккайдо, создатель уникального агентства «срочной гастрономической помощи». Если где-то в Японии случается, скажем, стихийное бедствие, а страна эта, как известно, не самое спокойное место, и требуется накормить одновременно тысячу человек, всегда обращаются к нему. Три дня под его руководством мы готовим простенькие овощные салаты, варим кукурузу и только облизываемся, глядя, как японские помощницы ловко вытаскивают моллюсков из огромных раковин и маринуют их в сложных соусах.

В последний день мы тоже решаемся блеснуть талантом и предлагаем приготовить представителям вымирающих народностей блины (они же, по версии Виктуар, крепы). Не совсем понимая, о чем мы, шеф дает согласие. Дальше в течение, наверное, пяти часов мы стоим у плит, выпекая сотни и сотни блинов/крепов, – как оказалось, никто из японок не способен повторить простейшее круговое движение раскаленной сковородой.

Пару дней спустя за проявленный героизм судьба преподносит нам с Виктуар подарок – вдвоем мы оказываемся в Ноборибецу. Эта «адская долина» – легендарное для Японии место, здесь из-под земли бьют самые мощные и самые горячие источники, и на них построены огромные онсены. Проведя день в одной из таких купален – с тремя десятками ванн, заполненных обжигающей серной водой, – чистые до скрипа, мы отправляемся на свой гламурный ужин. Официант приносит салат с сырыми, едва ли не шевелящимися морепродуктами и сырой мраморной говядиной. Мы не успеваем отойти от изумления, когда он возвращается с маленькой горелкой и камнем над ней, – говядину полагается обжаривать собственноручно.

Виктуар шесть лет учила японский язык, но заказать на японском пару пирожных на десерт ей так и не удалось. «Ты понимаешь, – жалуется она, – у них числительные, в частности «два», звучат совершенно по-разному для людей и для животных, для птиц, для круглых предметов и для квадратных... Я не знаю, к чему относятся пирожные». Изобразили в итоге на пальцах.

...В последний день перед отъездом с Хоккайдо мы снова заходим перекусить в тот самый кайтэн-суши в Саппоро. Мимо нас на красных тарелочках, как в волшебном сне, опять проплывают суши с угрем и морским ежом, с осьминогом и «мантиями» разных моллюсков, с макрелью, сардинами, с креветками и снежным крабом. Порция из двух штук по цене примерно в доллар. Предводитель нашей ватаги, токиец Кай, жадно запихивает еду в рот и приговаривает: «Надо наесться впрок, а то в Токио таких свежих, такого размера и за такие деньги не сыщешь».

Елена Голованова

ОПТИМАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Все знают, как необходимы нам витамины и микроэлементы. Поступая в организм в ничтожно малых количествах, они тем не менее выполняют жизненно важную роль. Наш организм не синтезирует витамины сам, а потому должен получать их в готовом виде – с пищей или в виде препаратов.

В витаминах нуждаются все – дети, взрослые, пожилые, но особенно больные сахарным диабетом.

Почему повышается потребность в витаминах и микроэлементах при сахарном диабете?

- Повышенный уровень сахара крови увеличивает расход витаминов и микроэлементов
- Нарушаются все виды обмена, особенно витаминно-минеральный
- Ограничение приема жирной пищи приводит к уменьшению всасывания жирорастворимых витаминов
- Соблюдение диеты и жесткое ограничение сладких фруктов снижает поступление витаминов

Теперь понятно, почему человек, страдающий сахарным диабетом, должен постоянно заботиться о регулярном профилактическом приеме витаминов и микроэлементов, независимо от времени года. Особенно таких, как витамины А, С, Е, группы В, а также о микроэлементах – цинке и хроме.

Первый на Российском рынке специальный витаминно-минеральный комплекс для больных диабетом представила компания **«Вёрваг Фарма»** (Германия). Комплекс так и называется – **«Витамины для больных диабетом»**.

«Витамины для больных диабетом» компании **«Вёрваг Фарма»** отличает высокая эффективность, безопасность и удобство применения.

- Эффективность комплекса подтверждена клиническими исследованиями (Громова О.А. Эффективность коррекции статуса витаминного и минерального питания у больных сахарным диабетом типа 2// Фарматека. 2007. №3 (138).
- Безопасность и качество гарантированы высокими международными требованиями к фармацевтическим предприятиям в Германии, где производится комплекс **«Витамины для больных диабетом»**.
- В состав комплекса входят только жизненно необходимые витамины и микроэлементы. В отличие от других витаминов комплекс **«Витамины для больных диабетом»** компании **«Вёрваг Фарма»** не содержит сахарозаменитель цикламат (Е952), запрещенный к применению в Европе и США, и не содержит экстракты растений, что уменьшает риск аллергических реакций.
- **«Витамины для больных диабетом»** компании **«Вёрваг Фарма»** удобны в применении – маленькая таблетка, которую легко глотать или разжевывать. Вам не придется ломать таблетку, беспокоиться о трехкратном приеме или путаться в выборе цвета таблетки.
- Достаточно однократного приема в течение дня, чтобы полностью удовлетворить суточную потребность в витаминах и микроэлементах.

В заключение хотелось обратить внимание, что своевременная коррекция витаминно-минерального статуса при сахарном диабете способствует предотвращению развития осложнений. Для этого **«Витамины для больных диабетом»** компании **«Вёрваг Фарма»** необходимо принимать регулярно.

Реклама.

Как снек на голову

Мы, конечно, знали, что снеки и крекеры из рисовой муки очень полезны. Но то, что они могут быть так вкусны и разнообразны, стало для нас полной неожиданностью

Итальянская компания Fiorentini Alimentary из Тосканы специализируется на производстве органических и здоровых продуктов. Помимо биопасты пенне, фузилли и спагетти из рисовой муки компания представляет рисовые снеки пяти вкусов: со сметаной и шнитт-луком, со вкусом пиццы, с ванилью, с какао и биоснеки с оливковым маслом. Все они имеют очень удобную, практичную форму: снеки круглые с чуть загнутыми краями. Такими хрустящими, воздушными «плошками» очень удобно зачерпывать гуакамоле, песто, густой томатный соус или ванильный крем, если вам досталось сладкое печенье с какао. В состав последнего входят: рисовая мука, кукурузная мука, растительное масло, сахарная пудра, какао, сухие сливки и морская соль.

Рисовые снеки Fiorentini (Италия), 98 руб.

Фото: Игорь Савкин

гид потребителя

Зона особого внимания

Одно из самых интересных, но и опасных для ребенка мест в наших домах – кухня. Там мама или бабушка, они что-то делают, кругом все блестит, открываются шкафчики с сокровищами, что-то горит, булькает – только руку протяни. «Умные» и полезные приспособления помогут обезопасить малыша, а продуманное переоснащение кухни позволит ему расти самостоятельным

Огнеборцы и электровеники

Самые опасные травмы на кухне – ожоги. Значит, прежде всего обратим внимание на «горячие точки». И в первую очередь – на плиту. Здесь помогут специальные релинги, решетки или экраны, устанавливающиеся на внешний край или по периметру плиты. Причем как электрической, так и газовой. Они защитят от соприкосновения с огнем, раскаленной поверхностью и горячей посудой. Плита должна иметь функции газ-контроля, электроподжига и верхнее расположение ручек регулировки пламени. Так до них сложнее дотянуться. Для электрических плит, и просто для перестраховки, можно купить специальные защитные колпачки на эти ручки, которые фиксируют их в выключенном положении.

Некоторые проектировщики советуют располагать духовые шкафы на высоте человеческого роста. Мне представляется это сомнительным преимуществом. Да, до них сложнее достать, но шустрый ребенок может и стул пододвинуть, а вот пролившееся масло из кипящего противня с высоты полутора метров наделает много бед. Проще воспользоваться специальными замками на дверцу духовки. Они выпускаются в разных модификациях, как для обычных плит, так и для встроенных. Взрослый же сможет открыть это устройство без особого труда.

Еще один предмет особого внимания – электрический чайник. Вроде и не убережешь, слишком часто нужен, а ведь так легко нажать кнопочку, а потом опрокинуть. Придется поискать для него отдаленное место или пользоваться обычным, ограничив доступ к плите защитным экраном.

Современная кухня вообще представляет собой филиал магазина электрических бытовых приборов. СВЧ-печи, тостеры, электрочайники, посудомоечные и стиральные машины, холодильники, телевизоры, да и просто розетки для «мало ли чего». Это все ужасно интересно. А многое и опасно. Такие приборы, как ростеры и тостеры, лучше убрать или взять за правило выключать из розетки. Для открытых, временно свободных розеток нужно предусмотреть за-

Фото: © Fotobank.com/Getty Images

Один дома

- Функция газ-контроля, если у вас газовая плита, никогда не помешает. Дети любят начать экспериментировать и забыть об этом. Огонь также может задуть сквозняком, и газ пойдет в помещение.
- Электронагревательные приборы должны иметь функцию защиты от перегрева и таймер, чтобы не работать до вечера.
- Духовые шкафы на время вашего отсутствия лучше обесточить.
- Комбайны, мясорубки, соковыжималки нужно убрать так далеко, чтобы их было лень достать. Это может остановить юного Тома Сойера.
- Холодильники и морозильные камеры установите с небольшим наклоном назад. Тогда распахнутая и забытая дверь закроется сама.
- Острые терки, ножи, тесаки нужно убрать. И лучше под замок.
- В вашей кухонной аптечке всегда должен быть антисептический спрей, зеленка-«карандаш», стерильный бинт, лейкопластырь. Научите ребенка оказывать себе первую помощь при ожогах и порезах.

глушки или колпачки. Универсальный замок позволит заблокировать СВЧ, посудомоечную машину. Для холодильника и морозильной камеры есть специальные замки, но можно использовать и универсальный. Мясорубки и кухонные комбайны нужны не каждый день и редко у кого находятся на кухонном столе постоянно. Соковыжималки после работы обычно тоже попадают в мойку, а затем в шкаф. Чего не скажешь о стационарной ломтерезке. Этот прибор если уж поселился на столе, то там и остался. И рано или поздно его диск будет проверен на остроту любознательным исследователем. Так что при наличии в семье маленьких детей его следует демонтировать. А если отвыкли пользоваться ножом, то можно покупать нарезку. Это касается и набора суперострых японских ножей, ножниц и терок с алмазной заточкой – все это богатство желательно убирать в ящик с надежным замком.

Пол, который не скользит, отсутствие легкодоступных цветов на подоконнике, скатерти на столе и свисающих проводов электроприборов, за которые так приятно потянуть и опрокинуть, всевозможные замки и защелки на ящики и шкафы, закругленные пластиковые уголки на острые края мебели, защитные экраны и бортики, можно даже найти защитные накладки на смеситель... Подобные приспособления продаются в мебельных салонах, в крупных хозяйственных и строительных супермаркетах, в магазинах для мам и малышей. И все это призвано не «пущать». Но ребенок растет, и приходится считаться с тем, что он начинает постепенно обживать кухонное пространство.

Замена в команде

Многие подростки, а зачастую и младшие школьники вынуждены обслуживать себя на кухне сами. Некоторые юные кулинары, преисполненные уверенности в своих силах, даже готовы варить борщ, чтобы накормить вечером уставших родителей. Задача взрослых предоставить школьникам такой набор кухонной техники, который позволит им самостоятельно полноценно поесть, приготовить несложные блюда и при этом оградит от ожогов и травм.

Оставлять ребенка один на один с раскаленной плитой страшно, а защитные экраны и замки здесь могут только навредить. Проще договориться пользоваться микроволновой печью – разогреть в ней тарелку с супом или котлету просто и безопасно, а с открытой дверцей она не работает. При этом «большой мальчик» 7–10 лет уже способен запомнить, что будет, если он сварит в СВЧ яйца, да еще в металлической посуде. Подходит и вариант ростера. Выключается он сам, а задать таймером время несложно. Два моих школьника делают в нем горячие сэндвичи и жарят сосиски, обходясь при этом без раскаленного масла. Сковородки и кастрюльки опять же мыть не надо. Для яиц лучше приобрести специальную яйцеварку.

Манипуляции с двумя литрами кипятка в чайнике, как в электро-, так и в простом, тоже могут закончиться для подростка большими неприятностями. Для решения нехитрой задачи по завариванию чая или, да простят меня мамы-домохозяйки, какого-нибудь сублимированного продукта больше подойдет кулер или термопот. Нажал кнопку – и порция горячей воды в кружке или тарелке. Тем более что большинство термопотов оборудовано дополнительной блокировкой от случайного нажатия. Необходимость предварительно снять блок заставит даже не самого собранного человека сконцентрировать внимание на процессе. Для приготовления напитков и заправок для нехитрых салатиков под общим названием «для мамы» подойдет пластиковая соковыжималка для цитрусовых – она работает довольно медленно и не представляет опасности.

Помимо СВЧ, ростера-тостера, кулера или термопота в зоне свободного доступа можно оставить разделочные доски, универсальный нож среднего размера, ручную терку-башенку, плотно опирающуюся на стол или надежно крепящуюся в специальной миске, щипцы для вынимания горячих продуктов из ростера, безопасный консервный нож. Не забудьте про прихватки. Конечно, подростка можно и нужно учить пользоваться и «опасной» техникой – чайниками, плитами, духовыми шкафами и прочими печами, кухонными комбайнами, ломтерезками и сложными острыми терками, но только в процессе совместного со взрослыми творчества на кухне.

Андрей Николаев

Веские аргументы

В пользу оливкового масла, природной воды и зеленого чая выступают и их целебные свойства, и, несомненно, мода на здоровое питание. За бальзамический уксус из Модены тоже не надо агитировать – его качество неоспоримо. А без сливок холодильник настоящего гурмана вообще можно считать неполноценным

Газированная природная вода «Родники России»

Вода «Родники России» от «Вимм-Билль-Данн» производится в Ессентуках – знаменитом городе-курорте с акваториями природной воды, охраняемыми государством. Вода добывается из скважин Ессентукского горизонта. В воде «Родники России» содержится малое количество солей и минералов – она не лечебная, а столовая, и пить ее можно каждый день.

Оливковое масло Monini класса Extra Virgin с натуральными добавками

Компания Monini предлагает полную линейку оливковых масел extra virgin с натуральными добавками. Теперь российские потребители смогут попробовать новый вкус – Monini Pesto с кедровыми орешками и базиликом. Небольшое количество этого масла усилит аромат соуса песто и сделает любимое блюдо более нежным.

Бальзамический уксус Conte De Cesare

В итальянской провинции Модена годами выдерживаются в бочках из разных пород дерева лучшие бальзамические уксусы. На этикетках бутылочек с Conte De Cesare размещается значок, состоящий из изображений листочков. Два листика – молодой кисло-сладкий уксус для маринадов, овощных блюд и мяса-гриль. Три – уксус «среднего возраста» для горячих соусов, мяса и рыбы. Четыре – самый выдержанный уксус для изысканных блюд, фруктовых десертов и мороженого.

Коллекция чая Lipton clear green

В состав новой коллекции входят: классический зеленый чай, Lipton Clear Green Mint с мятой, Lipton clear green jasmine с лепестками жасмина, Lipton clear green citrus с кусочками натуральных цитрусовых, тонизирующий Lipton clear green orient с лимоном и корицей, пикантный, экзотический Lipton clear green asian spices с ароматом азиатских пряностей. Благодаря сочетанию природных свойств чайных листьев, ароматных цветов, пряностей, трав и фруктов коллекция зеленого чая Lipton clear green позволит сохранить хорошее самочувствие и настроение в течение всего дня.

Сливки Parmalat жирностью 23%

Сливки от компании Parmalat жирностью 23% – это натуральный продукт, изготовленный из цельного молока без добавления консервантов. Они предназначены прежде всего для приготовления соусов, а также горячих мясных и рыбных блюд.

Оливковое масло Maestro de Oliva Premium

Испанский производитель Olive Line представляет оригинальный купаж отборных испанских масел высокого качества, полученных из оливок сортов арбекина и бланкета. Масло обладает ярким, оригинальным вкусом и ароматом.

Готовимся к заморозкам

Хлопотливая пора лето и осень. И отдохнуть надо, и витаминами запастись. Вот и стараешься как в детстве: ягодку в лукошко – ягодку себе, ягодку в лукошко – две себе... А дальше? Дальше пересыпаем урожай из лукошка в специальные пакеты и коробочки и отправляем в морозилку

По пакетикам!

Прежде чем продукт заморозить, его надо упаковать. И первое, что попадается под руку, это простой полиэтиленовый пакет – самое дешевое средство заморозить все и сразу. Но чаще всего он сделан из вторичного сырья, не рассчитан на воздействие низких температур и может при заморозке выделять и дурно пахнущие, и откровенно вредные вещества. После такого «хранения» даже самые качественные продукты заметно изменяют цвет и приобретают неприятный запах. А еще такой пакет легко рвется. Тогда продукт усыхает (эффект морозного выветривания) и впитывает в себя запахи «соседей по камере». Хороший пакет для заморозки должен быть прочным, стойким к низким и высоким температурам, иметь надежный замок. Его достоинством является и возможность многоразового использования.

На рынке представлены высокотехнологичные пакеты и пленки для заморозки, способные сохранить для нас все лучшее. Так, многослойная (экструзионная) полиэтиленовая упаковка эластична, прочна, стойка к впитыванию посторонних запахов, герметична, бактериологически нейтральна. Именно из такой пленки выпускаются пакеты для заморозки: одноразовые, с прорубкой для подвешивания и с просечкой для легкого вскрытия; многоразовые с застежками и клипсами для затягивания; с самоклеющимися этикетками или специальными «окошечками» для записей; термоусадочные; разного размера и толщины (12–50 микрон).

Отдельно можно упомянуть вакуумную упаковку. Используют ее в основном для хранения мяса, рыбы, сыров, для более надежной защиты от запахов других продуктов. Также она позволяет значительно увеличить срок хранения, придает продуктам оптимальный эстетический вид.
Для вакуумной упаковки нужны специальные аппараты, например Tilia FoodSaver V2840, или вакуумные контейнеры Free Form, или система вакуумной упаковки Food Sealer, которая откачивает воздух из вакуумных пакетов и запечатывает их.

Что и как

Для заготовки знатного урожая зелени, овощей, ягод, грибов лучше приобрести пакеты с застежками, например, от Paclan, Komfi, из которых можно отсыпать продукт по мере необходимости. В них можно и добавлять продукты, естественно, такие, которые там уже хранятся, а не грибы к малине, предварительно просушив и подморозив добавку.

Добыв с друзьями летом 10 кг оленины и решив сохранить ее к 23 февраля, логично выделить для нее в морозильной камере отдельный отсек. Плотно заверните мясо в пленку, скажем, от MasterFilm, сделайте запись о дате и подробностях героической охоты на специальной этикетке – они пригодятся для тоста под горячее.

Мясо и рыбу лучше морозить большими кусками и использовать при этом термоусадочные пленки, плотно обтягивающие продукт под воздействием тепла, например, под струей горячего воздуха из бытового фена. Хороши также и вакуумные пакеты, допустим, от компании «ВакумПак». Они не дадут проникнуть запахам внутрь пакета, к тому же продукты в термоусадочной и вакуумной упаковке можно положить в микроволновую печь для быстрой разморозки.

Твердая вода

Когда речь идет о жидких продуктах, то удобно использовать одноразовые пакеты, например от PopStar или Politan, и морозить супы, соки, бульоны порциями на один раз. В процессе заморозки можно придать жидкостям форму кубиков, для экономии места. Поместите мешочек в пластиковый контейнер или в коробку из-под молока. Замерзнув, жидкость примет удобный для хранения вид.

Фирма Lansinoh предлагает единственную на сегодня «Систему для сбора и хранения грудного молока», имеющую двойную застежку-молнию, позволяющую удалить излишки воздуха. Пакеты специально сконструированы для хранения и заморозки молока и имеют донышко-вставку, предусматривающее расширение жидкости в процессе заморозки и специальную область для пометок.

Андрей Николаев

Холодная смерть

Не рекомендуется замораживать огурцы, бананы, редис, салат, джем, яйца, нежирные сыры, продукты, содержащие желатин. В морозилке они попросту умрут. Кроме того, всем продуктам противопоказана быстрая разморозка. Лучше их заранее распаковать, положить в дуршлаг, установленный в миску, и убрать в холодильник.

А теперь горбатый!

Рыбные консервы популярны и любимы еще со времен СССР. Их производство по большей части до сих пор регламентировано ГОСТами. Поэтому найти хорошую горбушу в консервах не так трудно. Главное, запомнить несколько простых правил определения качества продукции

Натуральные консервы из рыбы выпускаются согласно двум ГОСТам: ГОСТ Р 51489-99 «Консервы из лососевых тихоокеанских рыб натуральные и с добавлением масла. Технические условия» и ГОСТ 7452-97 «Консервы рыбные натуральные. Технические условия». В них оговаривается, что продукт вырабатывается из натуральной рыбы без предварительной тепловой обработки с добавлением и без добавления пряностей. Консервы производят в основном из дальневосточных лососей: горбуши, кеты, нерки, реже – из кижуча и гольца. О том, какая именно рыба использовалась, говорят первые цифры второй строки, выдавленные на крышке банки. Лосось дальневосточный натуральный обозначается как 631, нерка натуральная – R, с пряностями – 229, кижуч натуральный – S, горбуша натуральная – 85Д (или Р – для экспорта), с пряностями – 203, с маслом – Л77, кета натуральная – Г (или СН – для экспорта), с пряностями – 224, кунджа натуральная – П12, с пряностями – 226, голец тихоокеанский натуральный – 86Д, с пряностями – 220. Если вы увидели на крышке код К или 632, то знайте, что в банке вас ждет рагу из лососевых или фарш. Разумеется, эти коды распространяются только на российские консервы.

Состав продукта должен быть лаконичен: рыба и соль, возможны пряности. Лучшими среди консервов из лососевых рыб считаются приготовленные из нерки. Самые дешевые – кетовые, так как и мясо грубоватое, и после варки оно имеет малопривлекательный серовато-желтоватый цвет.

Старайтесь покупать консервы из горбуши, на крышке которых в первой строке вы видите сочетание цифр 06, 07 или 08 – это значит, что они изготовлены в июле, августе или сентябре, выловленная в это время рыба самая вкусная. Кстати, в нашу звездную пятерку прошли в основном такие. В октябрьских и тем более ноябрьских банках скорее всего будет ранее замороженная рыба или обессиленная, отнерестившаяся, и ее мясо менее ценно. Это, конечно, не страшно, но не так вкусно.

Консервы желательно брать дальневосточные (Сахалинская область, в том числе Камчатка, Курилы, Приморский и Хабаровский края). При покупке обращайте внимание и на банку. Специалисты утверждают, что если по кромке банки есть три симметричные (точечные) вмятины – это не дальневосточный производитель. Там нет такого оборудования.

В открытых консервах куски должны держать форму, срезы быть максимально ровными. Допускается частичное припекание кожи и мяса к банке. Бульон (сок) должен быть светлый, прозрачный. Кости должны легко разжевываться или раздавливаться.

Выбор «Гастронома»

Горбуша натуральная «Аквамарин» («Дельта», Сахалинская обл., Россия), 245 г, 63 руб.
Рыба немного суховата, но это разрешается ГОСТом 7452-97, согласно которому эти консервы и выпускаются. Куски рыбы цельные, с ровным срезом. Вкус и цвет натуральные. Изготовлено в июле.

Лосось красный John West (Trident Seafoods Corporation, США), 213 г, 153 руб.
Как и обещано в названии – этот дикий лосось (нерка), выловленный около берегов Аляски, действительно глубокого красного цвета. Нежная структура, цельные большие куски. Изготовлено в июле.

Горбуша «5 морей» (Рыболовецкий колхоз «Дружба», Сахалинская обл., Россия), 245 г, 48 руб.
Вкус и цвет рыбы насыщенный. Мясо нежное, косточки мягкие, бульон прозрачный. Выпускается согласно ГОСТу 7452-97. Изготовлено в октябре.

Горбуша натуральная «Штурвал» («Фудзян Жангжоу», КНР), 185 г, 62 руб.
Приятный, классический вкус. Несколько не очень крупных кусков с ровным срезом, при выкладывании не разваливаются. Изготовлено в октябре.

Горбуша натуральная «Рыбный стандарт № 1» («Туровка», Сахалинская обл., Россия), 245 г, 60 руб.
В меру соленая, мягкая рыба с приятным, естественным запахом. Куски разных размеров при выкладывании не разваливаются. Припекание незначительное. Выпускается согласно ГОСТу 7452-97. Изготовлено в июле.

фото: Игорь Савкин

Новости компаний

Колбаса как искусство

Варено-копченые колбасы от «Мясного дома Бородина» теперь выпускаются в новой яркой оболочке с высокохудожественной этикеткой. В состав линейки входят шесть наименований, и планируется ее дальнейшее расширение.

И напиток, и десерт

На рынке появился новый продукт от компании «Мадам Му» – классическая русская простокваша. Любители натурального питания оценили ее нежный вкус и однородную, плотную консистенцию. Простокваша прекрасно усваивается организмом и подходит для диетического питания. Ее можно просто пить или, добавив мед, превратить в отличный десерт. Заказы на доставку простокваши и других молочных продуктов принимают по телефону (495)781-20-90 и на сайте www.madam-mu.ru

Информация о продукте «Мадам Му» опубликована на правах рекламы

Не до жиру

Компания «Юнилевер Русь», производитель спредов Rama и Becel, раскрыла свои секреты журналистам. Представители столичных СМИ смогли своими глазами увидеть процесс производства, принять участие в мастер-классе по приготовлению спреда своими руками и получить исчерпывающие комментарии экспертов.

Специалисты компании особенно подчеркнули, что благодаря современным технологиям производства в их спредах сохраняются полезные свойства компонентов. «Поскольку Rama и Becel приготовлены на основе натуральных растительных масел, они не содержат животных жиров, а следовательно, и холестерина», – объяснила Марина Павлова, менеджер по здоровому питанию компании. Кроме того, в спреде Rama содержится линолевая кислота семейства омега-6, а в спреде Becel – линоленовая кислота омега-3.

15 золотых

Чай Newby удостоен пятнадцати наград Great Taste Awards 2009 в Великобритании! Эта премия – авторитетный, независимый стандарт качества, «Оскар» пищевой индустрии Великобритании. Ведь каждый продукт-номинант проходит через слепую дегустацию командой экспертов. Продукты, получившие «золото», проходят как минимум три таких дегустации, причем эксперты каждый раз меняются. Наградами были отмечены следующие чаи марки Newby: «Премьер Улонг», «Зеленые Иглы», «Жасминовые Глаза Феникса», «Лонгджинг», «Белый Пион», «Империал Гималаи», «Жасминовый Лотос», «Фудзянь Улонг», «Белый Скрученный», «Кимун Маофенг», «Императорский Жасмин», «Казиранга», «Гир», «Английский Завтрак», «Дарджилинг». Всего за последние четыре года чаю Newby присуждено 28 золотых медалей.

Холодная парочка

Samsung Electronics представляет новые объемные холодильники серии MT – RT77 (566 л) и RT72 (554 л), оснащенные системой No Frost; класс энергопотребления A+. Обе модели имеют ЖК-дисплей и отделение Coolever Zone — герметичную камеру с постоянной температурой и уровнем влажности, оптимально подходящую для бережного хранения фруктов и овощей. В RT77, помимо этого, есть специальная зона Cool Select Turbo, позволяющая выбрать оптимальный режим хранения продуктов – от –12 до +3 °С, и диспенсер. Лицевая поверхность дверей обеих моделей выполнена из фактурной матовой стали.

Читатель журнала «Гастрономъ» не только хочет все знать. Он еще и хочет сообщить все, что знает, всем остальным читателям, время от времени пользуясь для этого нашим порталом www.gastronom.ru или электронным адресом orlinkova@phbp.ru. Вот, например, Елена из Донецка спрашивает: «Скажите, пожалуйста, чем заменить пармскую ветчину в закуске с дыней – там, где ломтики дыни заворачивают в нее? Может быть, подойдет какой-нибудь другой вид ветчины, помимо сыровяленой?» А наш постоянный читатель Искандар Муминов из Ташкента нечаянно, но очень вовремя замечает: «Хотел отметить, что есть несколько продуктов – таких как дыня и виноград, которые не рекомендуется смешивать с другими ингредиентами. Например, Амирдовлат Амасиацы, армянский ученый XV века, писал, что после дыни в тот же день «не следует есть яйца или мацун или пить молоко, ибо они повредят организму». После дыни «следует выпить розовой воды».

Мы полностью согласны с господами Муминовым и Амасиацы – хотя многие гурманы, особенно родом из Италии, могут с нами поспорить. Если уж не попадается вам пармская ветчина, наслаждайтесь дыней отдельно. А если попадется – лучше заверните в нее хрустящие хлебные палочки, брусочки нежирного сыра или побеги молодой спаржи.

Мы живем на юге России, у нас во фруктовом саду очень много улиток. Можно ли их есть?
Медуницины

Люди едят довольно много сортов улиток – чаще всего это виноградные, они же бургундские, или яблочные (Helix pomatia). Живут они почти повсюду в Европе в виноградниках, садах, долинах и лесистых горах – так что вполне возможно, именно они и ползают по вашему саду. Прежде чем пожарить с овощами или запечь с чесночным маслом, улиток нужно подготовить, устроив им «очистку организма». Живых улиток положите в емкость с сетчатой крышкой и насыпьте муки, которую те будут есть несколько дней, пока у них не выведется яд от съеденных ими листьев. Потом их надо промыть и выложить на соль, чтобы они выпустили слизь. Слизь нужно счистить под проточной водой щеткой. Теперь можно готовить.

Я слышала, что беременным вредны какие-то виды рыбы. Но не знаю точно, какие именно – кажется, среди них есть тунец. Расскажите, пожалуйста.
Ирина Замская

Американское управление по пищевым продуктам и лекарствам (FDA) включило в список продуктов, вредных для беременных женщин, мясо четырех видов океанских рыб: меч-рыбы, акул разных видов, каваллы и лофолатилуса. Содержащаяся в этих рыбах ртуть может нарушить процесс естественного развития головного мозга у плода. Тунец в черный список не попал, так как в нем ртути в три раза меньше.

Почему бальзамический уксус такой дорогой?
Стелла

Для бальзамического уксуса сусло белого винограда уваривается на открытом огне, переливается в дубовые бочки и выдерживается не меньше 12 лет. Каждый год он переливается в меньшую бочку из другого дерева: вишни, можжевельника, тутовника или каштана, которые дают ему свой оттенок аромата. Дороговизна бальзамического уксуса объясняется не только сложностью приготовления, но и гигантскими потерями в объеме: за 12 лет 70 л сусла превращаются всего в 2,5 л готового уксуса.

Чем, кроме мяты и петрушки, можно перебить неприятный запах изо рта? Только не говорите мне про зубную пасту.
Николай

Есть зубную пасту – вредно, Николай. Лучше носите с собой несколько зерен кофе, звездочку-другую бадьяна или семена аниса. Кофе и анис можно разжевать (как вместе, так и по отдельности), а у бадьяна отламывать «лучи» и сосать их или просто держать под языком.

Как быстро снять жир с горячего соуса?
Нелли

Чтобы снять весь жир, в идеале соус (так же, как бульон) нужно полностью остудить и охладить – жир застынет на поверхности, и удалить его будет легче легкого. Но если вам требуется сделать это немедленно перед подачей, возьмите столовую ложку

с отверстиями или маленькую шумовку и на то время, пока готовится соус, положите ее в холодильник. Снимите готовый соус с огня и дайте ему постоять пару минут, – а потом осторожно, не погружая ложку глубоко, несколько раз проведите по кругу по его поверхности. Горячий жир прилипнет к холодной ложке.

Дорогие друзья!

С 1 сентября 2009 года открывается подписка на 2010 год. Оформив подписку до 15 ноября 2009 года, вы сможете получать журнал с первого номера. Минимальный срок подписки 1 месяц.

Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:

1. Объединенный каталог «Пресса России» и Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44141, 44140
Школа гастронома – 83273, 84854
Коллекция рецептов – 36979, 45732
Садовник – 46505, 20218
Ручная работа – 18131, 18546

2. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы:
Гастрономъ – 99378, 12598
Школа гастронома – 11308, 12599
Коллекция рецептов – 24651, 79159
Садовник – 24324, 63427
Ручная работа – 24323, 12439

3. Интер-Почта-2003
тел.: (495) 500-0060, 580-9580

4. Вся пресса, тел.: (495) 787-3445

5. ИЧУП «РЭМ-Инфо»:
каталог «Белпочта», г. Минск,
тел.: (10375-17) 291-9891
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44141
Школа гастронома – 81158
Коллекция рецептов – 36979
Садовник – 46345
Ручная работа – 00142

6. Подписное агентство KSS, г. Киев,
тел.: (10380-44) 270-6220, 270-6222, 464-0220

7. Урал-Пресс, Россия,
тел.: (495) 789-8636, (343)262-6543

Для оформления редакционной подписки

1. Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка. Оплатив извещение до 15-го числа текущего месяца, Вы сможете получать журнал со следующего месяца.
2. Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика
3. В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев
4. В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов
5. Отправьте копию оплаченной квитанции
по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5108),
по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2,
или e-mail: podpiska@phbp.ru

Без получения данной информации редакция не гарантирует отправку оплаченных журналов

* Отправка журналов осуществляется простой бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала
* Доставка курьером (только по Москве в пределах МКАД) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней со дня выхода издания (указание кода доступа в подъезд обязательно)

* В цену подписки не включена комиссия Сбербанка
* Стоимость доставки включена в стоимость журнала

- На наших сайтах www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы. Заказ на вышедшие номера временно прекращен.
- Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: podpiska@idvz.ru
- Подписка на журналы в других странах:

Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США:
Beneficiary: LLC "Bonnier Publications"
Vasiliy Petushkova Street, 8, Moscow, 125476, Russia
Beneficiary's bank: SBERBANK, TVERSKOYE BRANCH №7982, MOSCOW, RUSSIA, SWIFT CODE: SABR RU MM
Beneficiary's account: Acc №40702840038041019808

* Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты

гастрономъ

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2010 г. - 110 руб.
Стоимость годовой подписки на 2010 г. - 1320 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2009 г. - 99 руб.
Для Белоруссии, Эстонии - $8,50 за 1 месяц
Для остальных стран - $11 за 1 месяц

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2010 г. - 99 руб.
Стоимость годовой подписки на 2010 г. - 1188 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2009 г. - 99 руб.
Для Белоруссии, Эстонии - $10 за 1 месяц
Для остальных стран - $14 за 1 месяц

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2010 г. - 99 руб.
Стоимость годовой подписки на 2010 г. - 1188 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2009 г. - 99 руб.
Для Белоруссии, Эстонии - $10 за 1 месяц
Для остальных стран - $14 за 1 месяц

Ручная Работа

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2010 г. - 110 руб.
Стоимость годовой подписки на 2010 г. - 1320 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2009 г. - 110 руб.
Для Белоруссии, Эстонии - $10 за 1 месяц
Для остальных стран - $14 за 1 месяц

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2010 г. - 88 руб.
Стоимость годовой подписки на 2010 г. - 1056 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц в 2009 г. - 82,50 руб.
Для Белоруссии, Эстонии - $8 за 1 месяц
Для остальных стран - $10,50 за 1 месяц

Извещение

Получатель платежа: ООО «Бонниер Пабликейшенз»
ИНН 7733656928 КПП 773301001

Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810438040019808 в Сбербанк России ОАО г. Москва
Тверское ОСБ №7982

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________

Сумма платежа ____________ руб. ______ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ______ коп.
Итого: ____________ руб. ______ коп.

Кассир

Извещение

Получатель платежа. ООО «Бонниер Пабликейшенз»
ИНН 7733656928 КПП 773301001

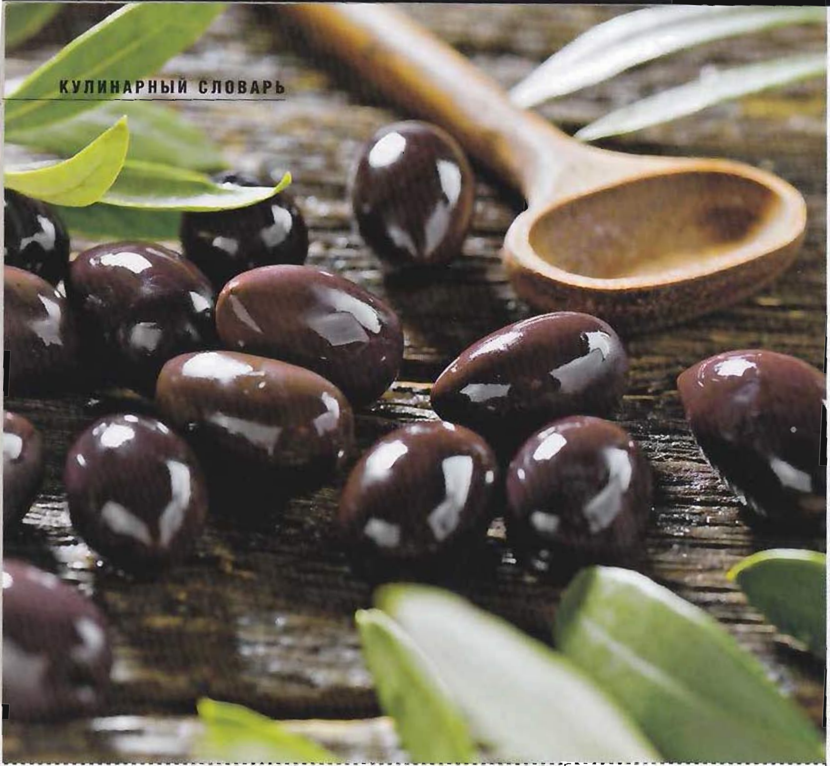
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810438040019808 в Сбербанк России ОАО г. Москва
Тверское ОСБ №7982

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________

Сумма платежа ____________ руб. ______ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб ______ коп.
Итого: ____________ руб. ______ коп.

Кассир



текст: Сергей Синельников; фото: ©Fotobank.com/Stock Food

Каламата – один из лучших греческих сортов оливок. Форма у них миндалевидная, цвет темно-фиолетовый или красно-коричневый, мякоть мясистая и очень вкусная. Оливки обычно слегка надрезают и выдерживают в маринаде с винным уксусом и/или оливковым маслом. Именно эти оливки греки кладут в свой знаменитый салат с овощами и фетой.

Каламондин (цитрофортунелла) – по общему мнению, гибрид мандарина и кумквата. Его мелкие (диаметром 2,5–3,5 см) кислые плоды, внешне похожие на маленькие мандаринчики, покрыты тонкой, ароматной, сладкой съедобной кожурой оранжевого цвета. Приправа из измельченных плодов каламондина популярна в кухне Юго-Восточной Азии, особенно Филиппин, – ею сдабривают рыбу, птицу, свинину и блюда из жареной рисовой лапши. Каламондин консервируют в сахарном сиропе, делают из него мармелад, цукаты, напитки и ликеры.

Калапе – так в Центральной Америке называют жаркое из черепахи, приготовленное прямо в ее панцире.

Калапууро – традиционная лапландская рыбная каша. Рыбу (обычно сига) довольно долго варят целиком в небольшом количестве воды на слабом огне, пока не останется лишь немного наваристого бульона. Затем мякоть снимают с костей, измельчают, смешивают с лесными ягодами (брусникой, клюквой) и готовят в оставшемся бульоне, время от времени помешивая, пока почти вся жидкость не выпарится. Калапууро подают холодной с горячим хлебом.

Калас – распространенные в креольской кухне рисовые пончики. Тесто делают так: рис отваривают до вязкости, кладут дрожжи и оставляют на ночь; утром добавляют сахар, яйца, муку, ваниль, мускатный орех, корицу. Пончики жарят в разогретом жиру или растительном масле. Готовые золотистые калас посыпают сахарной пудрой и подают на завтрак к кофе с молоком.

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

« » 200 г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

Доставка: ☐ курьер ☐ простая бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

« » 200 г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

Доставка: ☐ курьер ☐ простая бандероль

Следующий номер выйдет 21 сентября

Вопрос закрыт

Пить из алюминиевой банки? Это же негигиенично! А вот и нет. С помощью новой универсальной крышки эта проблема решается начисто

С появлением «цивилизованной» универсальной крышки, как ее гордо именует производитель – питерская компания «Ле Макс», – алюминиевая банка превращается в пригодный для питья сосуд. В чем выгода этой самой крышки? Первое: она исключает контакт не всегда чистой банки со ртом. Второе: новшество позволяет закрыть банку и даже транспортировать ее без потери содержимого. Третье: крышка, благодаря своему строению, удерживает давление и сохраняет газацию напитка и его вкусовые качества. И четвертое: ни одна оса-сладкоежка не заберется внутрь банки и не напугает вас своим злобным и нахальным жужжанием. Теперь на банке – крышка!